

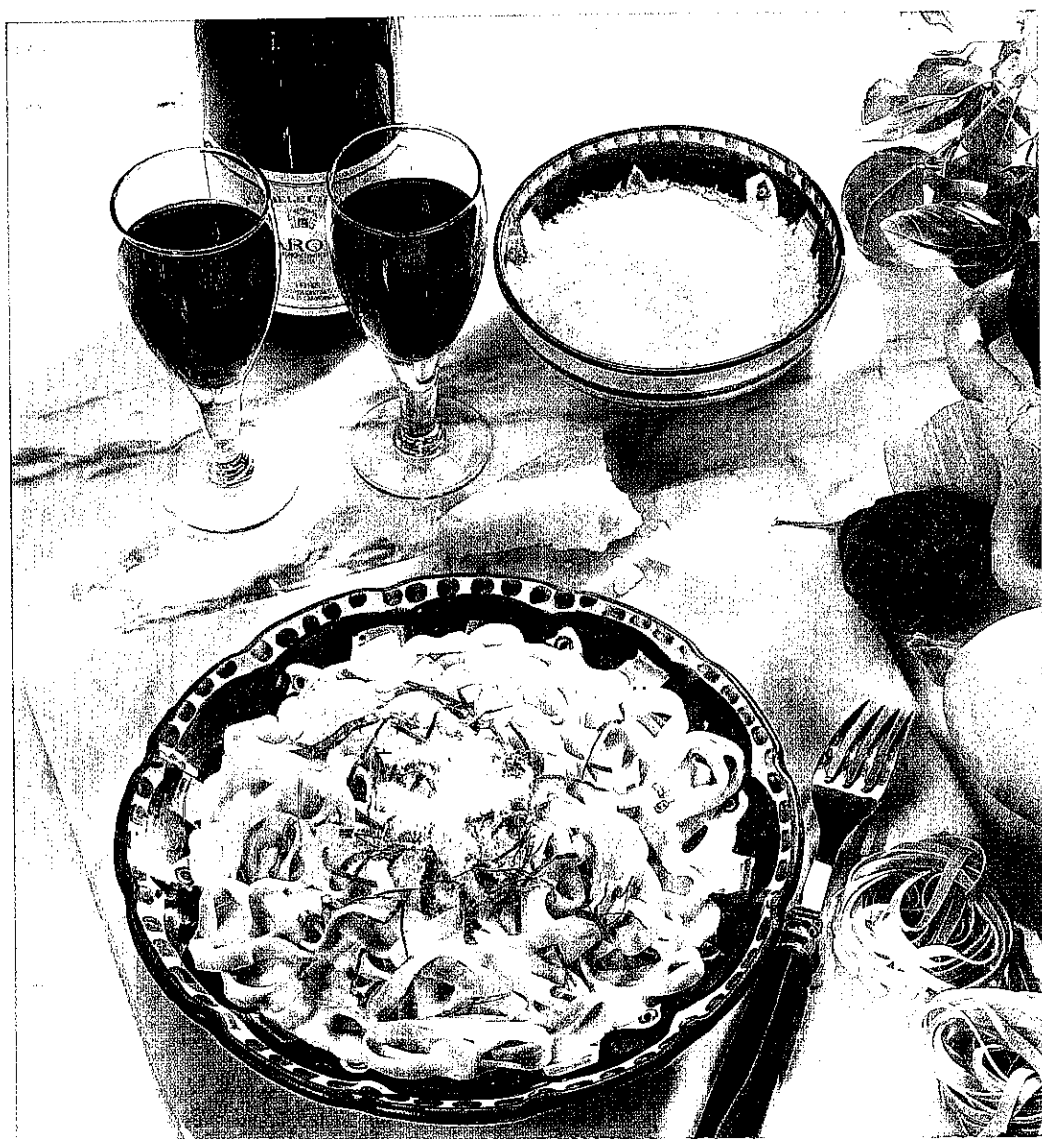
**(D) MIKROWELLENGERÄT MIT GRILL OBEN UND UNTEN
BEDIENUNGSANLEITUNG MIT KOCHBUCH**

**(F) FOUR MICRO-ONDES AVEC GRIL HAUT ET GRIL BAS
MODE D'EMPLOI ET LIVRE DE RECETTES**

**(NL) MAGNETRONOVEN MET BOVEN- EN ONDERGRILL
GEBRUIKSAANWIJZING MET KOOKBOEK**

**(I) FORNO A MICROONDE CON GRILL SUPERIORE E GRILL INFERIORE
ISTRUZIONI PER L'USO E RICETTARIO**

**(E) HORNO MICROONDAS CON GRILL SUPERIOR E INFERIOR
MANUAL DE INSTRUCCIONES CON LIBRO DE RECETAS**





ACHTUNG/AVERTISSEMENT/WAARSCHUWING/ AVVERTENZA/ADVERTENCIA

- (D)** • Diese Bedienungsanleitung enthält wichtige Informationen, welche Sie vor Inbetriebnahme des Gerätes unbedingt sorgfältig durchlesen sollten.

Achtung: Die Nichtbeachtung der Gebrauchs- und Serviceanweisungen sowie jeglicher Eingriff, der das Betreiben des Gerätes in geöffnetem Zustand (z.B. geöffnetes Gehäuse) erlaubt, führt zu erheblichen Gesundheitsschäden.

Dieses Gerät entspricht den Anforderungen der EG-Richtlinien 89/336/EWG und 73/23/EWG mit Änderung 93/68/EWG.

- (F)** • Ce mode d'emploi du four contient des informations importantes, que vous devez lire avant d'utiliser votre four à micro-ondes.

Avertissement: Des risques sérieux pour la santé peuvent être encourus si ces instructions d'utilisation et d'entretien ne sont pas respectées ou si le four est modifié de sorte qu'il soit possible de le faire fonctionner lorsque la porte est ouverte.

Cet matériel répond aux exigences contenues dans les directives 89/336/CEE et 73/23/CEE modifiées par la directive 93/68/CEE.

- (NL)** • Deze gebruiksaanwijzing bevat belangrijke informatie die u dient te lezen alvorens u de oven in gebruik neemt.

Waarschuwing: Het niet naleven van de gebruiks- en onderhoudsvorschriften evenals elke ingreep die het mogelijk maakt dat het toestel in niet-gesloten toestand in werking kan gesteld worden, kan leiden tot ernstige gezondheidsletsels.

Dit apparaat voldoet aan de eisen van de richtlijnen 89/336/EEC en 73/23/EEC die werden verbeterd door 93/68/EEC.

- (I)** • Questo manuale contiene informazioni importanti, che dovete leggere prima di usare il forno.

Avvertenza: La mancata osservanza di queste istruzioni sull'uso e sulla manutenzione del forno, o l'alterazione del forno che ne permetta l'uso a sportello aperto, possono costituire un grave pericolo per la vostra salute.

Questo apparecchio è conforme ai requisiti delle direttive 89/336/EEC e 73/23/EEC come emendate dalla direttiva 93/68/EEC.

- (E)** • Este manual contiene información muy importante que debe leer antes de utilizar el horno.

Advertencia: Pueden presentarse serios riesgos para su salud si no respeta estas instrucciones de uso y mantenimiento, o si el horno se modifica de forma que pueda ponerse en funcionamiento con la puerta abierta.

Este aparato satisface las exigencias de las Directivas 89/336/CEE y 73/23/CEE modificadas por medio de la 93/68/CEE.



(D) Sehr geehrter Kunde,

Wir gratulieren Ihnen zu Ihrem neuen Mikrowellengerät mit Grill und Unterhitze, das Ihnen ab jetzt die Arbeit im Haushalt wesentlich erleichtern wird.

Es kombiniert alle Vorteile der schnellen Mikrowelle mit denen des Grills, der mit seiner Hitze für eine knusprige Bräune sorgt.

Sie werden angenehm überrascht sein, was man mit der Mikrowelle alles machen kann. Sie können nicht nur schnell auftauen und erhitzen, sondern auch ganze Menüs zubereiten.

Unser Mikrowellen-Team hat für Sie in unserem Kochstudio die leckersten internationalen Rezepte zusammengestellt, die Sie leicht und schnell zubereiten können.

Lassen Sie sich von den angegebenen Rezepten

anregen und bereiten Sie auch eigene und bewährte Rezepte in Ihrem Grill-Mikrowellengerät zu.

Die Mikrowelle bietet Ihnen viele Vorteile, die Sie begeistern werden:

- Sie können bis zu 80% Zeit und Energie einsparen.
- Die Lebensmittel können direkt im Serviergeschirr zubereitet werden, so daß wenig Abwasch anfällt.
- Kurze Garzeiten wenig Wasser und wenig Fett sorgen dafür, daß viele Vitamine, Mineralstoffe und der Eigengeschmack erhalten bleiben.

Wir empfehlen Ihnen, den Kochbuch-Ratgeber und die Bedienungsanleitung genau durchzulesen. So wird Ihnen die Bedienung Ihres Gerätes leicht von der Hand gehen.

**Viel Spaß beim Umgang mit Ihrem neuen Grill-Mikrowellengerät und
beim Ausprobieren der leckeren Rezepte.
Ihr Mikrowellen-Team**

(F) Chère cliente, cher client,

Nous vous félicitons de l'achat de votre nouveau four micro-ondes avec gril haut et gril bas qui va vous simplifier considérablement le travail dans la cuisine.

Cet appareil allie les avantages du four à micro-ondes si rapide à ceux du gril dont la chaleur intense forme le gratiné brunâtre croustillant.

Vous serez agréablement surpris de voir tout ce que vous pouvez faire avec votre micro-ondes.

Vous pouvez non seulement décongeler et réchauffer les aliments mais également préparer des menus complets.

Notre équipe spécialisée dans la cuisine aux micro-ondes a réuni pour vous les plus succulentes recettes internationales: vous aurez plaisir à les essayer tant elles sont faciles et rapides à préparer. Laissez-vous mettre en appétit et utilisez votre

combiné micro-ondes gril aussi pour préparer vos recettes favorites.

Vous ne pourrez plus vous passer des avantages que vous offrent les micro-ondes:

- Vous économisez jusqu' à 80% de temps et d'énergie.
- Vous pouvez préparer les aliments et les servir dans la même vaisselle, vous avez donc moins de vaisselle à laver.
- Grâce aux temps de cuisson réduits, aux faibles quantités d'eau et de graisse utilisées, les aliments conservent une grande partie de leurs vitamines et de leurs substances minérales et gardent leur saveur propre.

Lisez attentivement ce guide et le mode d'emploi. Vous pourrez utiliser votre appareil encore plus facilement.

**Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir avec votre nouveau combiné
micro-ondes/gril et, bien sûr, bon appétit!
Votre équipe de spécialistes de la cuisine aux micro-ondes**

(NL) Geachte klant,

Wij feliciteren u met uw nieuwe magnetronoven met bovenste en onderste grill, die u voortaan het werk in de huishouding aanmerkelijk zal vergemakkelijken. Dit toestel combineert de voordelen van een snelle magnetron met die van een grill. De intense hitte zal gegrilleerd voedsel een krokante, bruine korst leveren. U zult aangenaam verrast zijn over hetgeen men allemaal met de magnetron kan doen. U kunt er niet alleen snel mee ontdooien en verhitten, maar u kunt tevens hele menu's bereiden.

Ons magnetron-team heeft voor u in onze kookstudio de lekkerste internationale recepten samengesteld, die u gemakkelijk en snel kunt bereiden.

Laat u zich door de vermelde recepten stimuleren en bereid u ook eigen en beproefde recepten in uw

nieuwe grill-magnetron.

De magnetron biedt u vele voordelen, die u enthousiast zullen maken:

- U kunt tot maar liefst 80% aan tijd en energie besparen.
- De levensmiddelen kunnen direct in de serveerschalen worden toe bereid, zodat er weinig vaat ontstaat.
- Korte gaartijden, weinig water en weinig vet zorgen ervoor dat er veel vitaminen, mineraalstoffen en eigen smaak behouden blijft.

Wij adviseren u de kookboek-handleiding en de bedieningsaanwijzing zorgvuldig door te lezen. Op die manier zal het bedienen van uw apparaat voor u geen enkel probleem opleveren.

**Veel plezier bij het werk met uw nieuwe grill-magnetron en bij het uitproberen van de lekkere recepten.
Uw magnetron-team.**

(I) Carissimi clienti,

Congratulazioni per l'acquisto del Vostro nuovo forno a microonde con grill inferiore e superiore, che Vi aiuterà da oggi a facilitare e a snellire la preparazione dei Vostri piatti preferiti. Esso combina i vantaggi dell'azione veloce delle microonde con quelli della griglia, fornendo una attraente doratura grazie al suo calore intenso. Ben presto Vi accorgete di quanto sia utile e pratico un forno a microonde. Esso Vi aiuterà quando dovrete scongelare rapidamente cibi surgelati o riscaldare vivande precotte, oppure se vorrete preparare anche interi pranzi con minor dispendio di tempo e fatica. La nostra équipe di cuochi ha realizzato per Voi un ricettario completo di specialità internazionali che potete facilmente preparare con il forno a microonde con griglia.

Prendete spunto dalle ricette proposte e cimentatevi nell'arte culinaria creando nuovi piatti e pietanze con l'aiuto del Vostro nuovo forno a microonde con griglia: Esso Vi offre vantaggi che Vi entusiasmeranno:

- Un risparmio di quasi l'80% di tempo e di energia elettrica rispetto all'uso del forno tradizionale.
- Le vivande possono essere preparate direttamente nelle stoviglie di portata, riducendo così il numero di piatti e pentole da lavare.
- I brevi tempi di cottura, il ridotto impiego di acqua e di grassi, contribuiscono a conservare contenuto di vitamine e di minerali dei cibi cotti che mantengono così inalterato il loro sapore.

Vi consigliamo di leggere attentamente il ricettario con i nostri consigli e proposte. Esso Vi servirà per aiutarvi a usare con maggior sicurezza e rapidità il Vostro.

**Vi auguriamo già ora il miglior successo in cucina e...
buon appetito!**

(E) Muy estimada cliente, muy estimado cliente:

Le felicitamos a Vd. por haber adquirido este nuevo horno microondas con parrilla y calefactor inferior que le facilitará notablemente sus quehaceres domésticos. Este aparato combina todas las ventajas propias de la acción rápida de las microondas con las de cocción por asador, ofreciéndole un dorado y tostado perfecto de los alimentos gracias al intenso calor generado. Va a ser una sorpresa agradable notar cuán amplio es el campo de aplicación de las microondas, pues, Vd. no sólo puede proceder a descongelación y cocción con celeridad sino también a la preparación de enteros menús.

Nuestro equipo "microondas" ha recopilado para Vd. en nuestro estudio de cocina experimental las recetas internacionales más ricas que puede preparar rápidamente y con facilidad.

Hágase inspirar por las recetas indicadas y prepare también recetas propias y probadas en su horno de microondas. El horno de microondas con asador le brinda una amplia gama de ventajas que le van a fascinar:

- Vd. puede ahorrar hasta el 80% en tiempo y energía.
 - Los productos alimenticios se pueden preparar directamente en la vajilla lista para servir, por lo que se reduce la cantidad de piezas a lavar.
- Cortos tiempos de cocción, poca agua y poca materia grasa hacen que se preserven muchas vitaminas, sustancias minerales y el sabor propio. Le recomendamos a Vd. leer minuciosamente el recettario, el manual de manejo para que el uso del horno le sea fácil y no cueste trabajo.

**Que tenga mucho placer manejando su nuevo horno de microondas con asador y probando las recetas sabrosas, le desea a Vd.
el equipo "microondas"**

D INHALT Bedienungsanleitung

SEHR GEEHRTER KUNDE	1
GERÄT: BEZEICHNUNG DER BAUTEILE	5-6
ZUBEHÖR	6
BEDIENFELD	9
WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE	12-14
AUFSTELLANWEISUNGEN	14
VOR INBETRIEBNAHME	15
AUSWÄHLEN DER SPRACHE	15
VERWENDUNG DER STOP-TASTE	15
EINSTELLEN DER UHR	16
MIKROWELLENLEISTUNG	16
GAREN MIT DER MIKROWELLE	17
GRILLBETRIEB	17-18

Kochbuch

WAS SIND MIKROWELLEN?	32
DAS GEEIGNETE GESCHIRR	32-33
TIPS UND TECHNIKEN	34-36
ERHITZEN	37
AUFTAUEN	37
GAREN VON FRISCHEM GEMÜSE	38
GAREN VON FLEISCH, FISCH UND GEFLÜGEL	38
AUFTAUEN UND GAREN	38

HEIZEN OHNE SPEISEN	18
KOMBI-BETRIEB	19
AUTOMATIK-BETRIEB	20-21
SNACK-TABELLE	22
PIZZA-TABELLE	23
GAR-AUTOMATIK-TABELLE	24-25
AUFTAU-AUTOMATIK-TABELLE	25-26
ANDERE NÜTZLICHE FUNKTIONEN	27-29
REINIGUNG UND PFLEGE	30
FUNKTIONSPRÜFUNG	31
TECHNISCHE DATEN	267-268
SERVICE-NIEDERLASSUNGEN	269-273

ZEICHENERKLÄRUNG	39
REZEPTE	40
TABELLE	41-43
SUPPEN UND VORSPEISEN	44-45
FLEISCH, FISCH UND GEFLÜGEL	46-50
ZWISCHENGERICHTE	51-54
GEMÜSE, NUDELN, REIS UND KNÖDEL	55-58
GETRÄNKE, DESSERTS UND KUCHEN	58-62

F TABLE DES MATIERES: Mode d'emploi

CHERE CLIENTE, CHER CLIENT	1
FOUR: LES ORGANES	5-6
ACCESSOIRES	7
TABEAU DE COMMANDE	10
INSTRUCTIONS IMPORTANTES DE SECURITE	63-65
INSTALLATION	65
AVANT UTILISATION	66
CHOIX D'UNE LANGUE	66
TOUCHE STOP (ARRET)	66
REGLAGE DE L'HORLOGE	67
REGLAGE DE PUISSANCE MICRO-ONDES	67
FONCTIONNEMENT MANUEL	68
CUISSON AU GRIL	68-69

FONCTIONNEMENT A VIDE	69
CUISSON COMBINEE	70
FONCTIONNEMENT AUTOMATIQUE	71-72
TABEAU SNACK	73
TABEAU PIZZA	74
TABEAU DE CUISSON AUTOMATIQUE	75-76
TABEAU DE DECONGELATION AUTOMATIQUE	76-77
AUTRES FONCTIONS PRATIQUES	78-80
ENTRETIEN ET NETTOYAGE	81
AVANT D'APPELER LE DEPANNEUR	82
CARACTERISTIQUES TECHNIQUES	267-268
ADRESSES DU SERVICE APRES-VENTE	269-273

Livre de recette

QUE SONT LES MICRO-ONDES?	83
BIEN CHOISIR LA VAISSELLE	83-84
CONSEILS ET TECHNIQUES	85-87
RECHAUFFAGE	88
DECONGELATION	88
CUISSON DES LEGUMES FRAIS	89
CUISSON DE VIANDES, DE POISSONS ET DE VOLAILLES	89
DECONGELATION ET CUISSON DES ALIMENTS	89

LEGENDE	90
RECETTES	91
TABLEAUX	92-94
HORS D'OEUVRES ET SOUPES	95-96
VIANDES, POISSONS ET VOLAILLES	96-101
SNACKS	102-105
LEGUMES, PATES, RIZ ET QUENELLES	106-109
BOISSONS, DESSERTS ET GATEAUX	109-113

NL INHOUDSOPGAVE: Gebruiksaanwijzing

GEACHTE KLANT	2
OVEN: NAMEN VAN ONDERDELEN	5-6
TOEBEHOREN	7
BEDIENINGSPANEEL	11
BELANGRIJKE VEILIGHEIDSMATREGELEN	114-116
INSTALLATIE	116
VOORDAT U DE OVEN VOOR HET EERST AANZET	117
KIES EEN TAAL	117
GEBRUIK VAN DE STOP-TOETS	117
DE KLOK INSTELLEN	118
ENERGIE-NIVEAUS VAN DE MAGNETRON	118
KOKEN MET DE MAGNETRON	119
KOKEN MET DE GRILL	119-120

DE OVEN LEEG OPWARMEN	120
DUBBELE-KOKEN	121
AUTOMATISCHE KOOKFUNCTIE	122-123
SNACK-TABEL	124
PIZZA-TABEL	125
AUTOMATISCHE KOOKPROGRAMMA'S	126-127
AUTOMATISCHE ONTDOOIPROGRAMMA'S	127-128
ANDERE GEMAKKELIJKE FUNCTIES	129-131
ONDERHOUD EN REINIGING	132
VOORDAT U EEN REPARATEUR BELT	133
SPECIFICATIES	267-268
ADRESSENLIJST MET REPARATEURS	269-273

Kookbook

WAT ZIJN MICROGOLVEN?	134
GESCHIKTE SCHALEN	134-135
TIPS EN ADVIES	136-138
VERWARMEN	139
ONTDOOIEN	139
HET KOKEN VAN VERSE GROENTEN	140
HET KOKEN VAN VLEES, VIS EN GEVOGELTE	140
ONTDOOIEN EN KOKEN VAN VOEDSEL	140

UITLEG VAN DE SYMBOLEN	141
RECEPTEN	142
TABEL	143-145
VOORGERECHTEN EN SOEPEN	146-147
VLEES, VIS EN GEVOGELTE	148-152
SNACKS	153-156
GROENTEN, NOEDEL, RUST EN KNOEDEL	157-160
DRANKEN, DESSERTS EN GEBAK	160-164

I INDICE: Manual d'istruzioni

CARISSIMI CLIENTI	2
FORNO	5-6
ACCESSORI	8
PANNELLO DI CONTROLLO	11
ISTRUZIONI IMPORTANTI SULLA SICUREZZA	165-167
INSTALLAZIONE	167
PRIMA DI USARE IL FORNO	168
SELEZIONE DELLA LINGUA	168
USO DEL PULSANTE DI ARRESTO	168
IMPOSTAZIONE DELL'OROLOGIO	169
LIVELLI DI POTENZA	169
COTTURA A MICROONDE	170
COTTURA ALLA GRILL	170-171

Libro de ricette

CHE COSA SONO LE MICROONDE?	185
UTENSILI ADATTI	185-186
CONSIGLIE TECNICHE DE COTTURA	187-189
COMO RISCALDARE LE VIVANDE	190
COMO SCONGELARE I CIBI	190
COME CUOCERE LA VERDURA FRESCA	191
COME CUOCERE CARNE, PESCE E POLLAME	191
COME SCONGELARE E CUOCERE I CIBI	191

RISCALDAMENTO DEL FORNO VUOTO	171
COTTURA COMBINATA	172
FUNZIONAMENTO AUTOMATICO	173-174
TABELLA SNACK	175
TABELLA PIZZA	176
TABELLA COTTURA AUTOMATICA	177-178
TABELLA SCONGELAMENTO AUTOMATICO	178-179
ALTRE COMODE FUNZIONI	180-182
MANUTENZIONE E PULIZIA	183
CONTROLLI DA EFFETTUARE PRIMA DI RICORRERE AL SERVIZIO DI ASSISTENZA	184
DATI TECNICI	267-268
CENTRI DI ASSISTENZA AUTORIZZATI	269-273

SPIEGAZIONE DEI SIMBOL	192
RICETTE	193
TABELLAS	194-196
ANTIPASTI E MINESTRE	197-198
CARNI, PESCE E POLLAME	199-203
SNACKS	204-207
VERDURE, PASTA, RISO E CANEDERLI	208-211
BEVANDE, DESSERT E TORTE	211-215

E INDICE: Manual de instrucciones

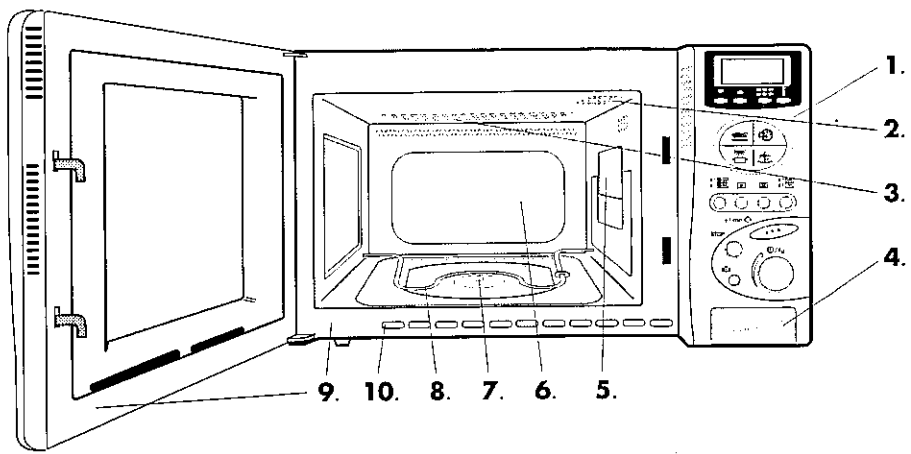
MUY ESTIMADA CLIENTE, MUY ESTIMADO CLIENTE	2
HORNO	5-6
ACCESORIOS	8
PANEL DE MANDOS	11
INSTRUCCIONES IMPORTANTES SOBRE SEGURIDAD	216-218
INSTALACIÓN	218
ANTES DE LA PUESTA EN FUNCIONAMIENTO	219
SELECCIÓN DE UN IDIOMA	219
UTILIZACIÓN DE LA TECLA DE PARADA	219
PUESTA EN HORA DEL RELOJ	220
NIVELES DE POTENCIA DEL MICROONDAS	220
COCCIÓN CON MICROONDAS	221

Recetario

QUE SON LAS MICROONDAS?	236
LA VAJILLA APROPIADA	236-237
SUGERENCIAS Y TECNICAS	238-240
CALENTAMIENTO	241
DESCONGELACIÓN	241
COCCIÓN DE VERDURAS FRESCAS	242
COCCIÓN DE CARNE, PESCADO Y AVES	242
DESCONGELACIÓN Y COCCIÓN DE ALIMENTOS	242

COCCIÓN CON GRILL	221-222
CALENTAMIENTO SIN ALIMENTOS	222
COCCIÓN COMBINADA	223
OPERACIÓN AUTOMÁTICA	224-225
TABLA DE APERITIVOS	226
TABLA DE PIZZAS	227
TABLA DE COCCIÓN AUTOMÁTICA	228-229
TABLA DE DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA	229-230
OTRAS FUNCIONES PRÁCTICAS	231-233
CUIDADO Y LIMPIEZA	234
LLAMAR AL SERVICIO DE REPARACIONES	235
DATOS TÉCNICOS	267-268
DIRECCIONES DE SERVICIOS DE REPARACIÓN	269-273

EXPLICACION DE LAS SEÑALES	243
RECETAS	244
TABLAS	245-247
ENTREMESAS Y SOPAS	248-249
CARNE, PESCADOS Y AVES	250-254
SNACK	255-258
VERDURAS, PASTAS, ARROZ Y ALBÓNDIGAS	259-262
BEBIDAS, POSTRES Y TARTAS	262-266



- (D)**
1. Bedienfeld
 2. Garraumlampe
 3. Grill-Heizelement (Grill oben)
 4. Türöffner
 5. Spritzschutz für den Hohlleiter
 6. Garraum
 7. Antriebswelle
 8. Grill-Heizelement (Grill unten)
 9. Türdichtungen und Dichtungsflächen
 10. Lüftungsöffnungen

- (I)**
1. Pannello di controllo
 2. Luce forno
 3. Resistenza del grill (superiore)
 4. Pulsante di apertura dello sportello
 5. Coperchio guida onde
 6. Cavit  del forno
 7. Albero motore del piatto rotante
 8. Resistenza del grill (inferiore)
 9. Guarnizioni e superfici di tenuta dello sportello
 10. Prese d'aria

- (F)**
1. Tableau de commande
 2. Eclairage du four
 3. El ment chauffant du grill (gril haut)
 4. Bouton d'ouverture de la porte
 5. Cadre du répartiteur d'ondes
 6. Cavit  du four
 7. Entraînement
 8. Elément chauffant du grill (gril bas)
 9. Joints de porte et surfaces de contact du joint
 10. Ouvertures de ventilation

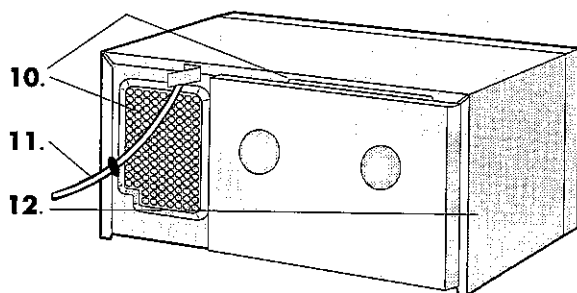
- (E)**
1. Panel de mandos
 2. Lámpara del horno
 3. Resistencia del grill superior
 4. Botón para abrir la puerta
 5. Tapa de la guía de ondas
 6. Interior del horno
 7. Arrastre del plato giratorio
 8. Resistencia del grill inferior
 9. Juntas de la puerta y superficies de cierre
 10. Orificios de ventilación

- (NL)**
1. Bedieningspaneel
 2. Ovenlamp
 3. Grillverwarmingselement (boven grill)
 4. Deur open-toets
 5. Afdekplaatje (voor golfgeleider)
 6. Ovenruimte
 7. Verbindingsstuk
 8. Grillverwarmingselement (onderste grill)
 9. Deurafdichtingen en pasvlakken
 10. Ventilatie-openingen



GERÄT/FOUR/OVEN/FORNO/HORNO

- | | | |
|-----------------------------------|---------------------------|-----------------------|
| (D) 10. Lüftungsöffnungen | 11. Netzanschlußkabel | 12. Außenseite |
| (F) 10. Ouvertures de ventilation | 11. Cordon d'alimentation | 12. Partie extérieure |
| (NL) 10. Ventilatie-openingen | 11. Snoer | 12. Behuizing |
| (I) 10. Prese d'aria | 11. Cavo di alimentazione | 12. Mobile esterno |
| (E) 10. Orificios de ventilación | 11. Cable de alimentación | 12. Caja exterior |



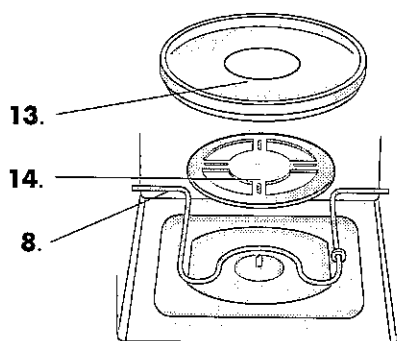
ZUBEHÖR

(D) ZUBEHÖR

Überprüfen, daß die Zubehörteile vorhanden sind:

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| 13. Drehteller | 15. Niedriger Rost |
| 14. Drehteller-Träger | 16. Hoher Rost |

Sicherstellen, daß sich der Grill unten, wie im Diagramm dargestellt, in der untersten Stellung befindet. Zwecks leichter Reinigung besteht die Möglichkeit das Bodenheizelement nach oben zu bewegen. Den Drehtellerträger auf die Antriebswelle am Boden des Gerätes setzen und den Drehteller auf den Drehtellerträger legen. Den Drehteller nicht zerschneiden oder zerkratzen. Vor der ersten Benutzung mit milder Seifenlauge reinigen.

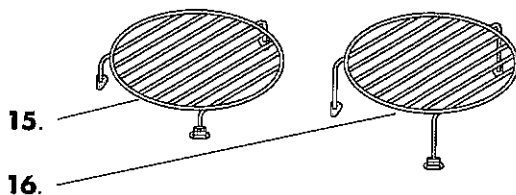


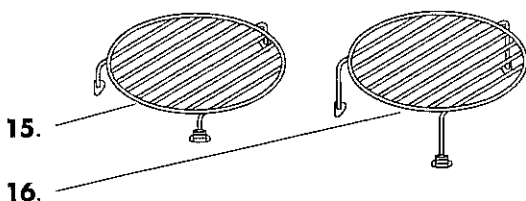
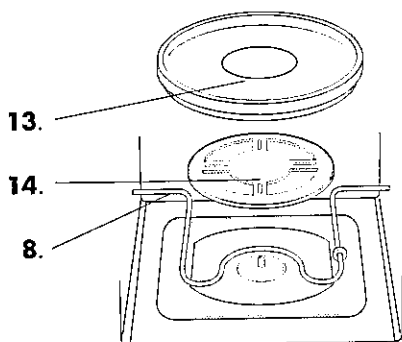
Warnung:

Das Zubehör (z.B. der Drehteller) wird im Grill-, Kombi- und Automatikbetrieb (außer bei der Auftau-Automatik) sehr heiß. Um Verbrennungen zu vermeiden, tragen Sie stets dicke Ofenhandschuhe, wenn Sie die Speisen oder den Drehteller aus dem Gerät entnehmen.

Hinweis:

Bei der Bestellung von Zubehörteilen müssen Sie dem Händler bzw. dem SHARP-Kundendienst immer folgendes angeben: Teilebezeichnung und Modelnamen.





F ACCESSOIRES:

Vérifier que les accessoires suivants sont fournis:

- 13.** Plateau tournant **15.** Trépied bas
14. Pied du plateau **16.** Trépied haut

S'assurer que le gril bas est en position basse comme indiqué sur le schéma. Il est possible de le déplacer vers le haut et vers le bas pour faciliter le nettoyage. Placer le support du plateau tournant sur l'arbre du moteur de plateau tournant à l'intérieur du four. Placer ensuite le plateau tournant sur son support.

Avant d'utiliser le plateau tournant et les trépieds pour la première fois, les nettoyer à l'eau légèrement savonneuse.

Ne pas couper ou gratter le plateau tournant.

Avertissement:

Les accessoires (plateau tournant par exemple) deviennent très chauds lors du fonctionnement en mode Gril, Combiné et Automatique (sauf Décongélation Auto). Il faut toujours utiliser des gants lorsque vous retirez les aliments ou le plateau tournant du four pour éviter les brûlures.

Remarques:

Lorsque vous passez une commande d'accessoires, veuillez mentionner au revendeur ou au service d'entretien agréé par SHARP ces deux types d'information: nom des pièces et nom du modèle.

NL TOEBEHOREN:

Controleer of de volgende accessoires zijn geleverd:

- 13.** Draaitafel **15.** Laag rek
14. Draaitafelsteun **16.** Hoog rek

Zorg ervoor dat de onderste grill in de laagste positie staat, zoals staat afgebeeld, aangezien het mogelijk is om het element op te tillen om de oven makkelijker te kunnen schoonmaken. Plaats de draaitafelsteun over de moeras onderin de holte. Plaats daarna de draaitafel op de draaitafelsteun. Maak de draaitafel en de rekken met een milde water en zeep-oplossing schoon, voordat u ze voor het eerst gebruikt.

Bekras of beschadig de draaitafel niet.

Waarschuwing:

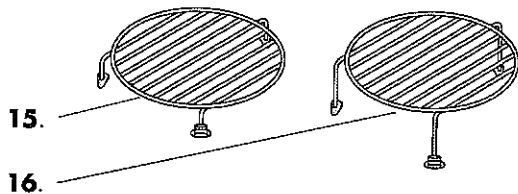
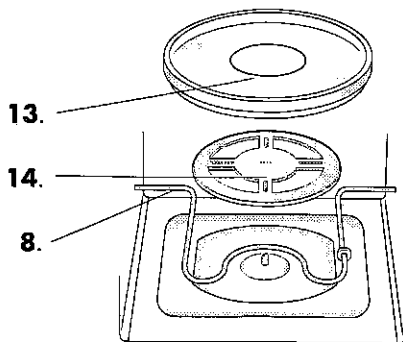
De accessoires (zoals de draaitafel) worden gedurende de grill-, de dubbele- en de automatische kookstand erg heet (behalve tijdens een automatisch ontdooiprogramma). Altijd dikke overhandschoenen gebruiken om de etenswaren of de draaitafel uit de oven te halen, om verbrandingen te voorkomen.

Opmerking:

Stel uw handelaar of erkend SHARP onderhoudspersoneel bij het nabestellen van accessoires op de hoogte van: de naam en de modelnaam.



ACCESSORI/ACCESORIOS



I ACCESSORI:

Controllare che la confezione contenga tutti gli accessori elencati di seguito:

13. Piatto rotante **15.** Griglia bassa

14. Supporto per il piatto rotante **16.** Griglia alta
Accertarsi che la resistenza inferiore si trovi in posizione bassa, come indicato dall'illustrazione; la resistenza infatti si può sollevare per facilitare le operazioni di pulizia. Collocare il supporto del piatto rotante sull'albero motore posto sul fondo della cavità, quindi appoggiare il piatto rotante sul supporto. Prima di usare le griglie ed il piatto rotante, si consiglia di lavarli in acqua leggermente saponata. Non incidere né graffiare la superficie del piatto rotante.

Avvertenza:

Tutti gli accessori (come il piatto rotante) diventano estremamente caldi quando si utilizzano la cottura con il grill, la cottura combinata e le funzioni automatiche (ad esclusione dello scongelamento). Per evitare scottature, utilizzare sempre guanti da cucina per togliere le pentole o il piatto rotante dal forno.

Nota:

Ordinando gli accessori, diti al rivenditore o ad un tecnico di servizio SHARP autorizzato il nome della parte e il nome del modello.

E ACCESORIOS:

Compruebe que ha recibido los siguientes accesorios:

13. Plato giratorio

15. Rejilla baja

14. Base del plato giratorio

16. Rejilla alta

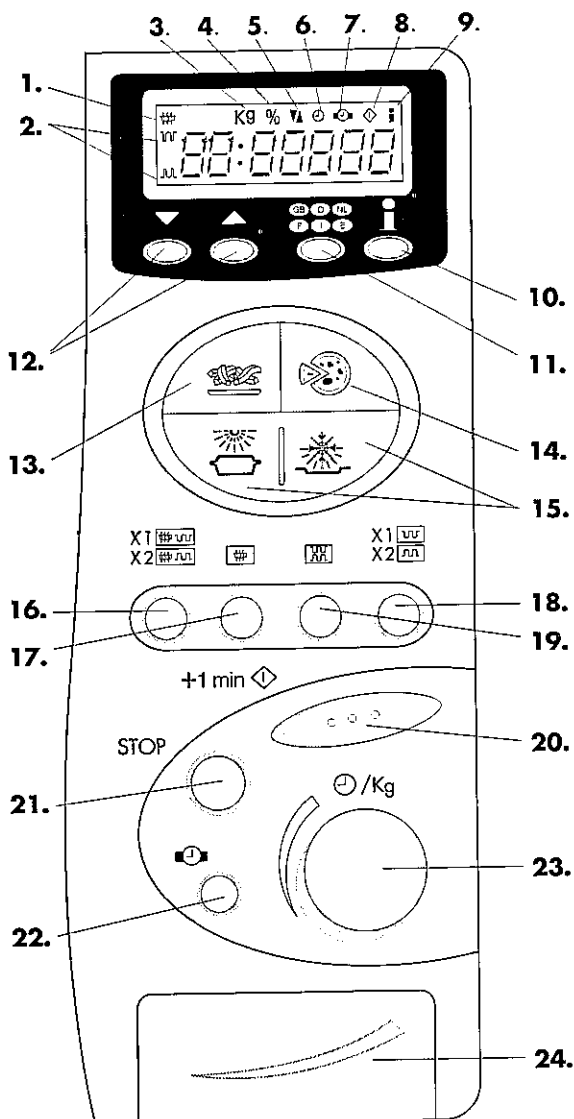
Asegúrese de que el grill inferior está bajado como muestra la figura; se puede levantar y bajar para facilitar la limpieza. Coloque la base del plato giratorio sobre el arrastre en la solera del interior del horno. Luego ponga el plato giratorio sobre su base. Antes de utilizar el plato giratorio y las rejillas por primera vez lávelos con agua jabonosa usando un detergente suave. No corte o raye el plato giratorio.

Advertencia:

Los accesorios (ej. plato giratorio) se calentarán mucho durante los modos de operación con Grill, Combinado y Automático (salvo Descongelación automática). Use siempre manoplas para horno al sacar el alimento o el plato giratorio del horno para evitar quemarse.

Nota:

Cuando haga el pedido de los accesorios, indíquelo a su distribuidor o técnico de servicio SHARP autorizado los dos datos siguientes: el nombre de la pieza, y el nombre del modelo.



(D)

Anzeigen und Symbole

1. Symbol für **MIKROWELLEN**
2. Symbol für **GRILL OBEN** und **UNTEN**
3. Symbol für **GEWICHT**
4. Symbole für **LEISTUNGSSTUFEN**
5. Symbol für **KÜRZER/LÄNGER**
6. Symbol für **ZEIT**
7. Symbol für **UHR EINSTELLEN**
8. Symbol für **GAREN**
9. Symbol für **INFORMATION**

Bedienungstasten

10. **INFORMATION**-Taste
11. **SPRACHEN**-Taste
12. **KÜRZER/LÄNGER**-Tasten
13. **SNACK**-Taste
14. **PIZZA**-Taste
15. **GAR-UND AUFTAUAUTOMATIK**-Tasten
16. **KOMBI**-Taste:
EINMAL DRÜCKEN = MIKROWELLE &
GRILL OBEN
ZWEIMAL DRÜCKEN = MIKROWELLE &
GRILL UNTEN
17. **LEISTUNGSSTUFEN**-Taste
18. **GRILL OBEN ODER UNTEN**-Taste:
EINMAL DRÜCKEN = GRILL OBEN
ZWEIMAL DRÜCKEN = GRILL UNTEN
19. **GRILL OBEN UND UNTEN**-Taste
(Gemeinsame Benutzung des Grills oben
und unten)
20. **MINUTE PLUS/START**-Taste
21. **STOP**-Taste
22. **UHREINSTELL**-Taste
23. **ZEIT/GEWICHT**-Knopf
24. **TÜRÖFFNER**-Taste



TABLEAU DE COMMANDE / BEDIJNINGSPANEEL

F

Affichage numérique et témoins

1. Témoin **MICRO-ONDES**
2. Témoin **GRIL HAUT** et **BAS**
3. Témoin **POIDS** (kg)
4. Témoin **NIVEAU DE PUISSANCE**
5. Témoins **MOINS/PLUS**
6. Témoin **DUREE**
7. Témoin **REGLAGE HORLOGE**
8. Témoin **CUISSON**
9. Témoin **INFORMATION**

Touches de fonctionnement

10. Touche **INFORMATION**.
11. Touche **LANGUE**.
12. Touches **MOINS/PLUS**.
13. Touche **SNACK**.
14. Touche **PIZZA**.
15. Touches **CUISSON/**
DECONGELATION AUTO.
16. Touche **CUISSON COMBINEE**:
1 PRESSION = MICRO-ONDES
+ GRIL HAUT.
2 PRESSIONS = MICRO-ONDES
+ GRIL BAS.
17. Touche **NIVEAU DE PUISSANCE**.
18. Touche **GRIL HAUT OU BAS**:
1 PRESSION = GRIL HAUT.
2 PRESSIONS = GRIL BAS.
19. Touche **GRIL HAUT ET BAS**.
(Gril haut et bas utilisés en même temps)
20. Touche **MINUTE PLUS/DEPART**.
21. Touche **STOP (ARRET)**.
22. Touche **REGLAGE HORLOGE**.
23. Bouton rotatif **DUREE/POIDS**.
24. Touche d'ouverture de la porte.

NL

Digitaal display en lichtjes

1. **MAGNETRON**-lichtje
2. **BOVENSTE** en **ONDERSTE GRILL**-lichtje
3. **GEWICHT**-lichtje (kg)
4. **ENERGIENIVEAU**-lichtje
5. **MINDER/MEER**-lichtje
6. **TIJD**-lichtje
7. **KLOKINSTELLING**-lichtje
8. **KOKEN**-lichtje
9. **INFORMATIE**-lichtje

Bedieningstoetsen

10. **INFORMATIE**-toets.
11. **TAAL**-toets.
12. **MINDER/MEER**-toetsen.
13. **SNACK**-toets.
14. **PIZZA**-toets.
15. **AUTOMATISCH KOKEN/**
ONTDOOIEN-toetsen.
16. **DUBBELE-KOOK**-toets:
1 DRUKKEN = MAGNETRON &
BOVENSTE GRILL.
2 DRUKKEN = MAGNETRON &
ONDERSTE GRILL.
17. **ENERGIENIVEAU**-toets.
18. **BOVENSTE OF ONDERSTE GRILL**-toets :
1 DRUKKEN = BOVENSTE GRILL
2 DRUKKEN = ONDERSTE GRILL.
19. **BOVENSTE EN ONDERSTE GRILL**-toets.
(Bovenste en onderste grill gezamenlijk
in gebruik)
20. **MINUUT-PLUS/START**-toets.
21. **STOP**-toets.
22. **KLOKINSTELLING**-toets.
23. **TIJD/GEWICHT**-draaiknop.
24. **DEUR OPEN**-toets.



I

Display digitale ed indicatori

1. Indicatore **MICROONDE**
2. Indicatore **RESISTENZA SUPERIORE ed INFERIORE**
3. Indicatore **PESO** (kg)
4. Indicatore **LIVELLO DI POTENZA**
5. Indicatore **MENO/PIÙ**
6. Indicatore **TEMPO**
7. Indicatore **IMPOSTAZIONE OROLOGIO**
8. Indicatore **COTTURA**
9. Indicatore **INFORMAZIONI**

Pulsanti

10. Pulsante **INFORMAZIONI.**
11. Pulsante **LINGUA.**
12. Pulsanti **MENO/PIÙ.**
13. Pulsante **SNACK.**
14. Pulsante **PIZZA.**
15. Pulsanti **COTTURA/SCONGELAMENTO AUTOMATICO.**
16. Pulsante **COTTURA COMBINATA:**
1a PRESSIONE = MICROONDE e GRILL SUPERIORE.
2a PRESSIONE = MICROONDE e GRILL INFERIORE.
17. Pulsante **LIVELLO DI POTENZA.**
18. Pulsante **RESISTENZA SUPERIORE O INFERIORE:**
1a PRESSIONE = GRILL SUPERIORE.
2a PRESSIONE = GRILL INFERIORE.
19. Pulsante **GRILL COMBINATO.**
(Per usare insieme le resistenze superiore ed inferiore)
20. Pulsante di **ANCORA UN MINUTO/AVVIO COTTURA.**
21. Pulsante di **ARRESTO.**
22. Pulsante di **IMPOSTAZIONE OROLOGIO.**
23. Manopola **TEMPO/PESO.**
24. Pulsante di **APERTURA DELLO SPORTELLLO.**

E

Display e indicadores digitales

1. Indicador de **MICROONDAS**
2. Indicador de **GRILL SUPERIOR e INFERIOR**
3. Indicador de **PESO** (kg)
4. Indicador del **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS**
5. Indicador **MENOS/MÁS**
6. Indicador de **TIEMPO**
7. Indicador de **AJUSTE DEL RELOJ**
8. Indicador de **COCCIÓN**
9. Indicador de **INFORMACIÓN**

Tecclas de operación

10. Tecla de **INFORMACIÓN.**
11. Tecla de **IDIOMA.**
12. Teclas **MENOS/MÁS.**
13. Tecla de **APERITIVOS.**
14. Tecla de **PIZZA.**
15. Teclas de **COCCIÓN/DESCONGELACIÓN AUTOMÁTICA.**
16. Tecla de **COCCIÓN COMBINADA:**
1 Pulsación = Microondas y Grill Superior.
2 Pulsaciones = Microondas y Grill Inferior.
17. Tecla de **NIVEL DE POTENCIA DEL MICROONDAS.**
18. Tecla de **GRILL SUPERIOR O INFERIOR:**
1 Pulsación = Grill Superior.
2 Pulsaciones = Grill Inferior.
19. Tecla de **GRILL SUPERIOR E INFERIOR.**
(El grill superior y el inferior funcionan a la vez)
20. Tecla de **MINUTO MÁS/INICIO.**
21. Tecla de **PARADA.**
22. Tecla de **AJUSTE DEL RELOJ.**
23. Mando de **TIEMPO/PESO.**
24. Botón de **ABRIR LA PUERTA**



WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Zur Vermeidung von Feuer
Mikrowellengeräte sollten während des Betriebs nicht unbeaufsichtigt gelassen werden. Zu hohe Leistungstufen oder zu lange Garzeiten können das Gargut überhitzen und Feuer verursachen.

Wenn das Gerät in einen Einbauschrank eingebaut werden soll, muß der von SHARP zugelassene Einbaurahmen EBR-4600 (B)/(W)/(K) verwendet werden. Sie können diesen von Ihrem Fachhändler beziehen. Weitere Hinweise zum korrekten Einbau entnehmen Sie der Installationsanleitung für den Rahmen oder erfragen Sie bei Ihrem Fachhändler. Die Sicherheit und Qualität dieses Produkts ist nur bei Verwendung dieses genannten Rahmens garantiert. Die Steckdose muß ständig zugänglich sein, so daß der Netzstecker im Notfall einfach abgezogen werden kann.

Die Netzspannung muß 230 V Wechselstrom, 50 Hz betragen und sollte mit einer Sicherung von mindestens 16 A oder einem Sicherungsautomaten von mindestens 16 A ausgestattet sein.

Es wird empfohlen, das Gerät an einen separaten Stromkreis anzuschließen.

Das Gerät nicht an Orten aufstellen, an denen Wärme erzeugt wird, z.B. in der Nähe eines konventionellen Herdes.

Das Gerät nicht an Orten aufstellen, an denen eine hohe Luftfeuchtigkeit vorhanden ist oder sich Kondenswasser bilden kann.

Das Gerät nicht im Freien lagern oder aufstellen.

NIEMALS DIE TÜR ÖFFNEN, wenn im Gerät erwärmte Lebensmittel zu rauchen beginnen. Das Gerät ausschalten, den Netzstecker ziehen und warten, bis die Lebensmittel nicht mehr rauchen. Öffnen der Tür während der Rauchentwicklung kann Feuer verursachen.

Nur für Mikrowellengeräte vorgesehene Behälter und Geschirr verwenden.

Niemals das Gerät unbeaufsichtigt lassen, wenn Kunststoff-, Papier- oder andere brennbare Lebensmittelbehälter verwendet werden.

Den Spritzschutz, den Garraum, den Drehteller und den Drehteller-Träger nach der Verwendung des Gerätes reinigen. Diese Bauteile sollten trocken und fettfrei sein. Zurückbleibende Fettspritzer können überhitzen, zu rauchen beginnen oder sich entzünden.

Keine brennbaren Materialien in der Nähe des

Gerätes oder den Lüftungsöffnungen lagern.

Niemals die Lüftungsöffnungen blockieren.

Alle Metallverschlüsse, Drähte usw. von Lebensmitteln und Verpackungen entfernen. Funkenbildung auf Metalloberflächen kann zu Feuer führen.

Das Mikrowellengerät nicht zum Fritieren von Lebensmitteln in Öl oder Fett verwenden.

Temperaturen können nicht kontrolliert werden und das Fett kann sich entzünden.

Zum Herstellen von Popcorn sollte nur für Mikrowellengeräte vorgesehenes Popcorn-Geschirr verwendet werden.

Keine Lebensmittel oder andere Gegenstände im Gerät lagern.

Die Einstellungen nach dem Starten des Gerätes überprüfen um sicherzustellen, daß das Gerät wie gewünscht arbeitet.

Diese Bedienungsanleitung und den nachfolgenden Kochbuch-Ratgeber zusammen verwenden.

Zur Vermeidung von Verletzungen

Das Gerät nicht betreiben, wenn es beschädigt ist oder Fehlfunktionen aufweist. Überprüfen Sie vor dem Betrieb die folgenden Punkte:

- a) Die Tür muß einwandfrei schließen und darf nicht schlecht ausgerichtet oder verzogen sein.
- b) Die Scharniere und Türsicherheitsverriegelungen dürfen nicht gebrochen oder lose sein.
- c) Die Türdichtungen und Dichtungsoberflächen dürfen nicht beschädigt sein.
- d) Im Garraum und an der Tür dürfen keine Dellen oder andere Beschädigungen vorhanden sein.
- e) Das Netzkabel und der Netzstecker dürfen nicht beschädigt sein.

Niemals versuchen, das Gerät selbst einzustellen oder zu reparieren. Das Gerät muß vom SHARP-Kundendienst eingestellt bzw. repariert werden.

Das Gerät nicht bei geöffneter Tür oder mit auf irgendeine Weise veränderter Türsicherheitsverriegelung betreiben.

Niemals das Gerät betreiben, wenn sich Gegenstände zwischen den Türdichtungen und den abdichtenden Oberflächen befinden.

Vermeiden Sie die Ansammlung von Fett oder Verschmutzungen auf der Türdichtung und den Dichtungsoberflächen. Bitte folgen Sie den Hinweisen im Kapitel "Reinigung und Pflege".

Personen mit HERZSCHRITTMACHERN sollten ihren Arzt oder den Hersteller des Herzschrittmachers nach Vorsichtsmaßnahmen beim Umgang mit Mikrowellengeräten befragen.



Zur Vermeidung von elektrischem Schlag

Unter keinen Umständen sollte das äußere Gehäuse entfernt werden.

Niemals Flüssigkeiten in die Öffnungen der Türsicherheitsverriegelung oder Lüftungsöffnungen kommen lassen oder Gegenstände in diese Öffnungen stecken. Wenn größere Mengen Flüssigkeiten verschüttet werden, müssen Sie sofort das Gerät ausschalten, den Netzstecker ziehen und den SHARP-Kundendienst anfordern.

Niemals das Netzkabel bzw. den Netzstecker in Wasser oder andere Flüssigkeiten legen.

Das Netzkabel nicht über die scharfe Kante eines Tisches oder einer Arbeitsplatte führen.

Das Netzkabel von erwärmten Oberflächen fernhalten.

Auf keinen Fall versuchen, die Garraumlampe selbst auszuwechseln, sondern nur von einem von SHARP autorisierten Elektriker auswechseln lassen! Wenn die Garraumlampe ausfallen sollte, wenden Sie sich bitte an Ihren Elektrohändler oder eine von SHARP autorisierte Kundendienststelle!

Wenn das Netzkabel beschädigt ist, muß es durch ein neues Spezialkabel (QACCVAA004URE1) ersetzt werden. Bitte das Auswechseln durch einen von SHARP autorisierten Kundendienst vornehmen lassen.

Zur Vermeidung von Explosionen und plötzlichem Sieden

Niemals verschlossene Behälter verwenden.

Verschlüsse und Abdeckungen entfernen.

Verschlossene Behälter können durch den Druckanstieg selbst nach dem Ausschalten des Gerätes noch explodieren.

Beim Erhitzen von Flüssigkeiten vorsichtig sein.

Behälter mit großer Öffnung verwenden, damit entstehende Blasen entweichen können.

Niemals Flüssigkeiten in schmalen, hohen Gefäßen (z.B. Babyflaschen) erhitzen, da der Inhalt herausspritzen kann und zu Verbrennungen führen könnte.

Um Verbrennungen durch plötzliches Überkochen (Siedeverzug) zu vermeiden:

1. Die Flüssigkeiten vor dem Kochen/Erhitzen umrühren.
2. Es wird empfohlen, während des Erhitzens einen Glasstab oder ähnlichen Gegenstand in den Behälter zu stecken.
3. Nach dem Erhitzen die Flüssigkeit noch kurze Zeit im Gerät stehen lassen, um verspätetes Aufwallen durch Siedeverzug zu verhindern.

Keine Eier in der Schale kochen, da sie explodieren

können. Zum Kochen oder Aufwärmen von Eiern, die nicht verquirlt oder verrührt wurden, das Eigelb und Eiweiß anstechen, damit es nicht explodiert. Vor dem Aufwärmen im Mikrowellengerät die Schale von gekochten Eiern entfernen und die Eier in Scheiben schneiden.

Die Schale von Lebensmitteln, z.B. Kartoffeln, Würstchen oder Obst, vor dem Garen anstechen, damit der Dampf entweichen kann.

Zur Vermeidung von Verbrennungen

Den Grill unten niemals in heißem Zustand berühren oder bewegen.

Beim Entnehmen von Gargut aus dem Garraum sollten Topflappen o.ä. verwendet werden.

Behälter, Popcorneschirr, Kochbeutel, usw. immer vom Gesicht und den Händen abgewandt öffnen, um Verbrennungen durch Dampf zu vermeiden.

Beim Öffnen des Gerätes immer von der Tür zurückgehen, um Verbrennungen durch entweichenden Dampf und Hitze zu vermeiden. Lebensmittel mit Füllungen nach dem Garen immer aufschneiden, damit der Dampf entweichen kann.

Um Verbrennungen zu vermeiden, immer die Lebensmittelltemperatur prüfen und umrühren, bevor Sie das Gargut servieren. Besondere Vorsicht ist geboten, wenn die Lebensmittel oder Getränke an Babys, Kinder oder ältere Personen weitergereicht werden.

Die Temperatur des Behälters ist kein echter Hinweis auf die tatsächliche Temperatur des Lebensmittels oder Getränks; immer die Temperatur prüfen. Halten Sie beim Öffnen der Gerätetür ausreichenden Abstand, um Verbrennungen durch austretende Hitze oder Dampf zu vermeiden.

Schneiden Sie gefüllte, gebackene Speisen nach dem Garen in Scheiben, um den Dampf entweichen zu lassen und Verbrennungen zu vermeiden.

Da das Türglas während des Garens heiß werden kann, das Gerät in einer Höhe von mindestens 85cm über dem Fußboden aufstellen. Kinder vom Türglas fernhalten, um Verbrennungen zu vermeiden. Die Gerätetür, die Geräteaußenflächen, den Grill unten, die Lüftungsöffnungen, Zubehörteile und das Geschirr im GRILL, KOMBI- und in der AUTOMATIK-Betriebsart nicht berühren, da sie heiß werden. Vor der Reinigung sicherstellen, daß alle Geräteteile abgekühlt sind.



WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

Zur Vermeidung von Fehlbedienung durch Kinder

Kinder sollten das Gerät nur unter Aufsicht von Erwachsenen bedienen.

Nicht an die Gerätetür lehnen oder an der Tür hängend schwingen. Das Mikrowellengerät ist kein Spielzeug! Kinder sollten mit allen wichtigen Sicherheitshinweisen vertraut gemacht werden: z.B. Verwendung von Topflappen und vorsichtiges Abnehmen von Deckeln. Beachten Sie besonders Verpackungen, die Lebensmittel knusprig machen (z.B. selbstbräunende Materialien), indem sie besonders heiß werden.

Sonstige Hinweise

Den Grill unten nur für die Reinigung nach oben halten.

Niemals das Gerät auf irgendeine Weise verändern.

Das Gerät während des Betriebs nicht bewegen.

Dieses Gerät ist nur für den Hausgebrauch vorgesehen und darf nur zum Garen von Lebensmitteln verwendet werden. Es eignet sich nicht für gewerbliche Zwecke oder den Gebrauch in einem Labor.

Zur Vermeidung von Fehlfunktionen und Beschädigungen dieses Gerätes

Das Gerät niemals leer in Betrieb nehmen, es sei denn, dies wird in der Bedienungsanleitung ausdrücklich empfohlen (siehe "Heizen ohne Speisen", Seite 18). Durch Inbetriebnahme des Gerätes ohne Gargut kann das Gerät beschädigt werden.

Bei der Verwendung von Bräunungsgeschirr oder selbsterwärmenden Materialien muß eine wärmefeste Isolierung (z.B. ein Porzellanteller) zwischen Geschirr und Drehteller gestellt werden. Dadurch werden Beschädigungen des Drehtellers und des Drehteller-Trägers durch Wärme

vermieden. Die angegebene Aufheizzeit für das Geschirr sollte nicht überschritten werden.

Kein Metallgeschirr verwenden, da Mikrowellen reflektiert werden und dies zu Funkenbildung führt.

Keine Konserven in das Gerät stellen.

Nur den für dieses Gerät vorgesehenen Drehteller und den Drehteller-Träger verwenden.

Um das Zerspringen des Drehtellers zu vermeiden:

(a) Vor dem Reinigen, den Drehteller abkühlen lassen.

(b) Keine heißes Gargut oder heißes Geschirr auf den kalten Drehteller stellen.

(c) Keine kalten Lebensmittel oder kaltes Geschirr auf den heißen Drehteller stellen.

Während der Benutzung keine Gegenstände auf dem Gerät ablegen.

Keine Kunststoffbehälter für den Mikrowellenbetrieb verwenden, wenn das Gerät nach dem Gebrauch des **GRILL**-, der **KOMBI**- oder der **AUTOMATIK**-Betriebsart noch heiß ist, da diese sonst schmelzen könnten. In diesen Betriebsarten dürfen keine Kunststoffbehälter verwendet werden, es sei denn, der Hersteller weist auf deren Eignung zu diesem Zweck hin.

HINWEISE:

Bei Fragen zum Anschluß des Gerätes wenden Sie sich bitte an einen autorisierten Elektrofachmann.

Sowohl der Hersteller als auch der Händler können keine Verantwortung für Beschädigungen des Gerätes oder Verletzungen von Personen übernehmen, die als Folge eines falschen elektrischen Anschlusses entstehen.

Wasserdampf und Tropfen können sich auf den Wänden im Innenraum bzw. um die Türdichtungen und Dichtungsoberflächen bilden. Dies ist normal und ist kein Anzeichen für den Austritt von Mikrowellen oder einer sonstigen Fehlfunktion.



AUFSTELLANWEISUNGEN

1. Alles Verpackungsmaterial aus dem Innern des Gerätes entfernen. Die Polyethylen-Einlage zwischen Tür und Innenraum entfernen. Den Aufkleber, falls vorhanden, von der Außenseite der Tür abziehen.

Den Schutzfilm an der **Innenseite** der Tür nicht entfernen.

2. Überprüfen, ob das Gerät beschädigt ist.
3. Das Mikrowellengerät auf einer flachen, geraden Oberfläche aufstellen, die stabil genug ist, das Gewicht des Gerätes und der darin zubereiteten Lebensmittel zu tragen.
4. Den Netzstecker des Mikrowellengerätes mit einer normalen, geerdeten Steckdose verbinden.



HINWEISE ZUM KOCHEN

Das Gerät verfügt über ein "Informationsanzeigesystem", das Ihnen schrittweise Anleitungen für die verschiedenen Funktionen in einer gewünschten Sprache gibt. Über die **INFORMATIONEN**-Taste, können Sie sich die Hinweise über jede Taste des Bedienfeldes abrufen. Nach dem Drücken einer Taste erscheinen im Display Anzeigensymbole, die Sie auf den nächsten Schritt hinweisen.

1. Den Stecker des Gerätes in die Steckdose stecken. Im Display blinkt "STOP DRÜCKEN" in 6 Sprachen auf.
2. Die **STOP**-Taste drücken.
Im Display blinkt "SPRACHE WÄHLEN" in 6 Sprachen auf.
3. Die gewünschte Sprache wählen (siehe unten).
4. Die Uhr einstellen (siehe Seite 16).
5. Den Grill des Gerätes ohne Speisen betreiben (siehe Seite 18).



SPRACHEN-Taste drücken	SPRACHE
einmal	ENGLISH
zweimal	DEUTSCH
dreimal	NEDERLANDS
viermal	FRANCAI
fünfmal	ITALIAN
sechsmal	ESPANOL

Das Gerät ist zunächst auf Englisch eingestellt. Sie können jedoch eine andere Sprache wählen. Drücken Sie die **SPRACHEN**-Taste, bis die gewünschte Sprache angezeigt wird. Dann die **MINUTE PLUS/START**-Taste drücken.

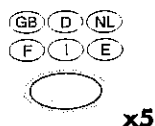
Beispiel:

Angenommen, Sie möchten **Italienisch** einprogrammieren.

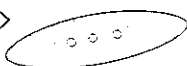
Gewünschte Sprache wählen

Einstellung starten

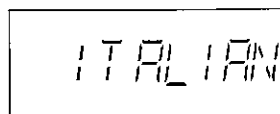
Überprüfen Sie das Display.



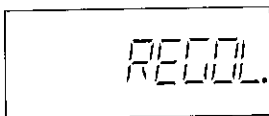
+1 min



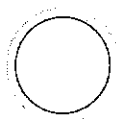
x1



Überprüfen Sie das Display. (EINSTELLEN DER UHR)

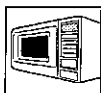


STOP



Verwendung der STOP-Taste:

1. Löschen eines Eingabefehlers während des Programmierens.
2. Unterbrechen des Gerätes während des Betriebs.
3. Zum Löschen eines Programms während des Betriebs die **STOP**-Taste zweimal drücken.



EINSTELLEN DER UHR

Die Uhr läuft im 12 Stunden- oder im 24 Stunden-Format.

1. Um die Uhr auf das 12 Stunden-Format einzustellen, die **UHREINSTELL**-Taste entsprechend Schritt 1 einmal drücken.
2. Um die Uhr auf das 24 Stunden-Format einzustellen, die **UHREINSTELL**-Taste entsprechend Schritt 2 zweimal drücken.

Schritt 1.



x1

Schritt 2.



x2

BEISPIEL:

Einstellen der Uhr auf 23 Uhr 35 Min.

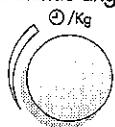
Wählen Sie die 24 Stunden-Uhr durch zweimaliges Drücken der **UHREINSTELL**-Taste.



x2

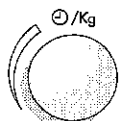


Stellen Sie die Stunden ein. Den **ZEIT/GEWICHT**-Knopf im Uhrzeigersinn drehen, bis die richtige Stunde angezeigt wird.



Die Minuten einstellen.

Die Minuten einstellen.

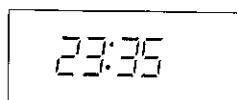


x1



x1

Überprüfen Sie das Display.



HINWEIS:

1. Sie können den **ZEIT/GEWICHT**-Knopf im oder gegen den Uhrzeigersinn drehen.
2. Drücken Sie die **STOP**-Taste, wenn Sie beim Programmieren einen Fehler gemacht haben.
3. Wenn sich das Gerät im Garprozess befindet und Sie die Uhrzeit wissen möchten, drücken Sie die **UHREINSTELL**-Taste. Solange Ihr Finger die Taste berührt, wird die Uhrzeit angezeigt.
4. Wenn die Stromversorgung Ihres Mikrowellengerätes unterbrochen wird, meldet das Display in Abständen

STOP DRÜCKEN, nachdem die Stromversorgung wiederhergestellt wurde. Wenn das während des Garvorgangs passiert, wird das Programm gelöscht. Die Uhrzeit wird ebenfalls gelöscht.

5. Wenn Sie die Uhrzeit neu einstellen möchten, verfahren Sie wie im obigen Beispiel.
6. Wenn Sie die Uhr nicht einstellen, drücken Sie einmal die **STOP**-Taste. erscheint auf dem Display. Wenn der Betrieb des Gerätes beendet ist, erscheint anstelle der Uhrzeit wieder auf dem Display.



MIKROWELLENLEISTUNG

Das Gerät weist 5 verschiedene Leistungsstufen auf. Zur Wahl der Mikrowellenleistung sollten Sie sich an den Angaben in dem Kochbuch-Ratgeber orientieren.

100% Leistung = 900 WATT

70% Leistung = 630 WATT

50% Leistung = 450 WATT

30% Leistung = 270 WATT

10% Leistung = 90 WATT

- Um die Leistung einzustellen, die **LEISTUNGSSTUFEN**-Taste drücken, bis die gewünschte Leistungsstufe angezeigt wird.
- Wenn die **LEISTUNGSSTUFEN**-Taste einmal gedrückt wird, erscheint . Falls die gewünschte Leistungsstufe überschritten wird, die **LEISTUNGSSTUFEN**-Taste so lange drücken, bis die gewünschte Stufe wieder angezeigt wird.
- Falls die Taste nicht gedrückt wird, ist automatisch die volle Leistung 100% eingestellt.



Ihr Gerät lässt sich bis zu 90 Minuten programmieren. (90 00). Die Zeiteinheiten zum Garen (Auftauen) variieren von 10 Sekunden bis fünf Minuten, in Abhängigkeit von der Gesamtgar- oder Auftauzeit, wie in der Tabelle aufgeführt:

Garzeit:	Zeiteinheiten:
0-5 Minuten	10 Sekunden
5-10 Minuten	30 Sekunden
10-30 Minuten	1 Minute
30-90 Minuten	5 Minuten

Beispiel:

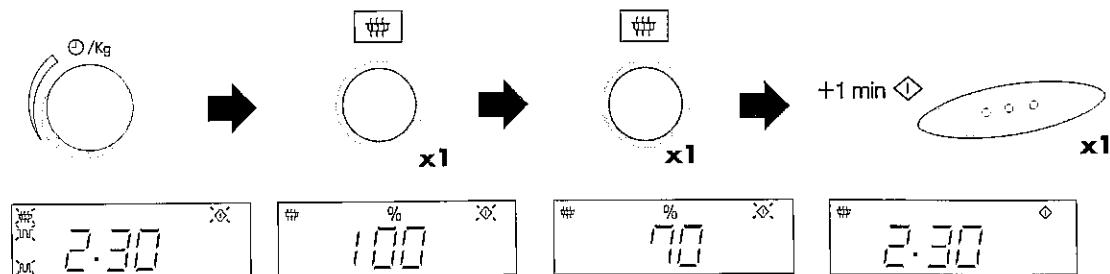
Angenommen, Sie wollen Suppe 2 Minuten und 30 Sekunden lang mit 70% Mikrowellen-Leistung aufwärmen.

Die gewünschte Garzeit durch Drehen des **ZEIT/GEWICHT**-Knopfs im Uhrzeigersinn eingeben.

Wählen Sie durch einmaliges Drücken der **LEISTUNGSSTUFEN**-Taste die gewünschte Betriebsart. (Nur Mikrowelle).

Wechseln Sie zu der gewünschten Leistungsstufe durch einmaliges Drücken der **LEISTUNGSSTUFEN**-Taste.

Drücken Sie die **MINUTE PLUS/START**-Taste einmal, um den Garvorgang zu starten.



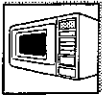
HINWEISE:

- Wenn die Tür während der Garzeit geöffnet wird, wird die Garzeit auf dem Display automatisch gestoppt. Sie läuft weiter, sobald die Tür geschlossen und die **START**-Taste gedrückt wurde.
- Wenn Sie während der Garzeit die Leistungsstufe überprüfen wollen, drücken Sie die **LEISTUNGSSTUFEN**-Taste. Solange Ihr Finger die **LEISTUNGSSTUFEN**-Taste berührt, wird die Leistungsstufe angezeigt.
- Sie können den **ZEIT/GEWICHT**-Knopf im oder entgegen dem Uhrzeigersinn drehen. Wenn Sie den Knopf entgegen dem Uhrzeigersinn drehen, verringert sich die Garzeit allmählich von 90 Minuten.
- Wenn die jeweilige Bedienung des Gerätes beendet ist, wird - falls eingestellt - die Uhrzeit auf dem Display angezeigt.



Ihr Mikrowellengerät verfügt über zwei Grill-Heizelemente (3 verschiedene Grill-Betriebsarten). Wählen Sie die gewünschte Grill-Betriebsart durch Drücken der entsprechenden Grill-Taste:

BENUTZTE GRILL-TASTE	BENUTZTES GRILLHEIZELEMENT	DISPLAY
Einmal 	Gemeinsame Benutzung von Grill oben und unten	OBEN UND UNTEN
X1 Einmal X2	Grill oben	GRILL OBEN
Zweimal	Grill unten	GRILL UNTEN



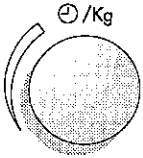
GRILLBETRIEB

Beispiel: Angenommen, Sie möchten in der GRILL-Betriebsart einen Käsetoast mit dem Grill oben zubereiten: (Den Toast auf den hohen Rost legen.)

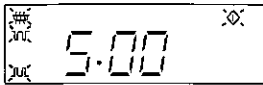
Geben Sie durch Drehen des **ZEIT/GEWICHT**-Knopfes im Uhrzeigersinn die gewünschte Garzeit ein.

Wählen Sie die Grill oben-Funktion durch einmaliges Drücken der **GRILL OBEN ODER UNTEN**-Taste.

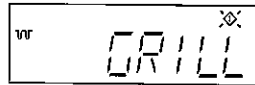
Drücken Sie die **MINUTE PLUS/START**-Taste, um den Garvorgang zu starten.



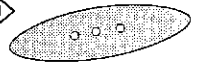
Display:



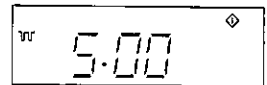
x1



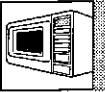
+1 min



x1



1. Zum Grillen wird die Verwendung des hohen und niedrigen Rosts empfohlen (siehe AUTOMATIK-Tabellen, Seiten 24 und 25).
2. Bei der ersten Benutzung des Grills kann es zu Rauch- und Geruchsentwicklung kommen. Das ist normal und kein Anzeichen dafür, daß das Gerät funktionsuntüchtig ist. (Siehe unten 'Heizen ohne Speisen'.)



HEIZEN OHNE SPEISEN

Bei der ersten Benutzung eines oder beider Grillheizelemente kann es zu Rauch- oder Geruchsentwicklung kommen. Das ist normal und kein Anzeichen dafür, daß das Gerät funktionsuntüchtig ist.

Um dieses Problem beim erstmaligen Gebrauch des Gerätes zu vermeiden, betreiben Sie den Grill Oben und unten 20 Minuten lang ohne Speisen.

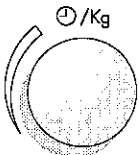
WICHTIG: Damit während des Grillbetriebs entstehender Rauch oder Gerüche abziehen können, öffnen Sie ein Fenster oder schalten Sie die Abzugshaube/den Ventilator ein.

Vergewissern Sie sich, daß sich keine Speisen im Gerät befinden. Geben Sie die gewünschte Heizzeit ein.

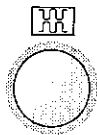
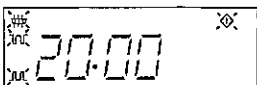
Drücken Sie die **GRILL OBEN UND UNTEN**-Taste einmal.

Drücken Sie die **MINUTE PLUS/START**-Taste, um den Heizvorgang zu starten.

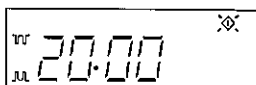
Das Gerät zählt nun die Zeit zurück. Nach Ablauf der eingegebenen Heizzeit die Gerätetür öffnen und den Garraum auskühlen lassen.



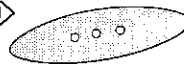
Display:



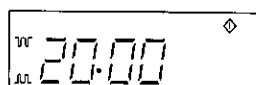
x1



+1 min



x1


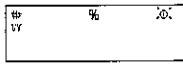

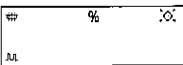


WARNUNG:

Die Gerätetür, die Außenflächen und der Garraum werden heiß. Vermeiden Sie Verbrennungen, wenn Sie das Gerät nach dem Betrieb auskühlen lassen.



Ihr Mikrowellengerät verfügt über 2 **KOMBI**-Betriebsarten, bei denen die Mikrowelle mit dem Grill kombiniert wird. Zur Auswahl der **KOMBI**-Betriebsart die **KOMBI**-Taste drücken, bis die gewünschte Einstellung im Display erscheint. Im allgemeinen verkürzt die Kombi-Betriebsart die Gesamtgarzeit.

Einstellung	KOMBI -Taste drücken	Mikrowellenleistung	Grillheizelement	Symbole im Display
KOMBI 1	x1 Einmal 	30%*	Grill oben	
KOMBI 2	x2 Zweimal 	30%*	Grill unten	

*Wenn Sie die Leistungsstufe der Mikrowelle verändern wollen, drücken Sie die **LEISTUNGSSTUFEN**-Taste. Sie können bis zu 100% einstellen.

Beispiel:

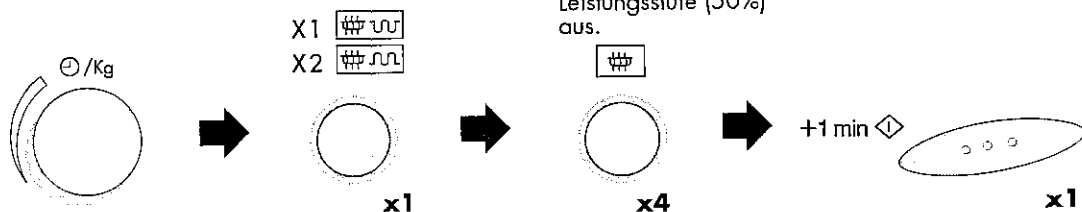
Angenommen, Sie wollen 200 g Hähnchenschenkel 11 Minuten lang in KOMBI 1 mit 50% MIKROWELLEN-LEISTUNG und GRILL OBEN garen.

Geben Sie durch Drehen des **ZEIT/GEWICHT**-Knopfes im Uhrzeigersinn die gewünschte Garzeit (11 Minuten) ein.

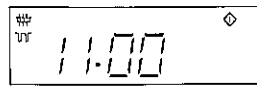
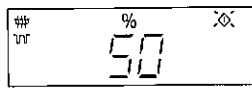
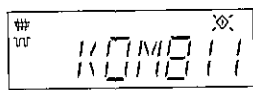
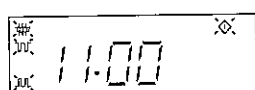
Wählen Sie **KOMBI 1** (Mikrowelle mit Grill oben).

Wählen Sie durch viermaliges Drücken der **LEISTUNGSSTUFEN**-Taste die erforderliche Leistungsstufe (50%) aus.

Drücken Sie die **MINUTE PLUS/START**-Taste, um den Garvorgang zu starten.



Display:

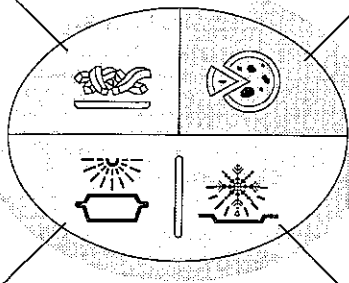




AUTOMATIK-BETRIEB

SNACK-Taste

PIZZA-Taste



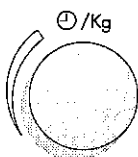
GAR-AUTOMATIK-Taste **AUFTAU-AUTOMATIK-Taste**

Bei Benutzung eines AUTOMATIKPROGRAMMS erfolgt die Einstellung der Leistungsstufe und Garzeit automatisch. Sie können zwischen 3 SNACK-, 3 PIZZA-, 4 GAR-AUTOMATIK- und 2 AUFTAU-AUTOMATIKPROGRAMMEN auswählen.

Warnung:

Für SNACK, PIZZA und GAR-AUTOMATIK: Geräteinnenraum, Tür, Drehteller, Drehteller-Träger, Roste, Gefäße und besonders der Grill unten werden besonders heiß. Beim Entnehmen der Speisen oder des Drehtellers aus dem Gerät dicke Grillhandschuhe tragen, um Verbrennungen zu verhindern.

1. Das Menü wird durch Drücken der Taste **SNACK**, **PIZZA**, **GAR-AUTOMATIK** oder **AUFTAU-AUTOMATIK** ausgewählt, bis die gewünschte Menünummer angezeigt wird.
2. Das Gewicht der Speisen wird über den **ZEIT/GEWICHT**-Knopf eingestellt, bis das gewünschte Gewicht angezeigt wird.
Nur das Gewicht der Speisen eingeben. Das Gewicht des Behälters nicht einbeziehen.
Speisen, deren Gewicht/Menge die Angaben in der Tabelle über- oder unterschreitet, garen Sie im manuellen Betrieb.
3. Die programmierten Garzeiten sind Mittelwerte. Falls Sie die Lebensmittel stärker oder schwächer garen möchten als vom Programm vorgesehen, kann die Garzeit mit der Taste für **KÜRZER** (▼) bzw. **LÄNGER** (▲) entsprechend abgeändert werden. Die Anleitungen in den Tabellen beachten, um einwandfreie Resultate zu erhalten, Seiten 22-26.
4. Die **MINUTE PLUS/START**-Taste drücken, um den Garvorgang zu starten.

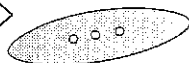


ZEIT / GEWICHT-Knopf



KÜRZER/LÄNGER-Tasten

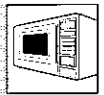
+1 min ⬆



MINUTE PLUS/START-Taste

Wenn ein Bedienungsschritt erforderlich ist (z.B. zum Wenden der Speisen), stoppt das Gerät, das akustische Signal ertönt, die verbleibende Garzeit u. a. Symbole werden blinkend angezeigt. Um den Garvorgang fortzusetzen, drücken Sie die **MINUTE PLUS/START**-Taste.

Die Temperatur am Ende der Garzeit hängt von der Ausgangstemperatur ab. Vergewissern Sie sich, daß die Speisen nach dem Garen ausreichend gegart sind. Falls erforderlich, können Sie die Garzeit verlängern und eine höhere Leistungsstufe einstellen.



Mit der **SNACK/PIZZA**-Taste kann man Speisen schnell und einfach zubereiten.

Beispiel 1: Angenommen, Sie möchten 200 g dicke Pommes frites mit der **SNACK**-Taste zubereiten..

Durch einmaliges Drücken der **SNACK**-Taste das **SNACK**-Menü NO-1 wählen. Die Zubereitungsinformationen werden angezeigt: Das Gewichtssymbol blinkt auf dem Display:

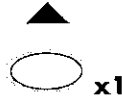
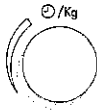
Das Gewicht eingeben. 0,2 kg wird angezeigt und das Garsymbol blinkt auf dem Display.

Die **LÄNGER**-Taste (▲) einmal drücken.

Die **MINUTE PLUS/START**-Taste drücken, um den Garvorgang zu starten.



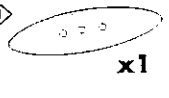
x1



x1

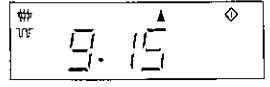
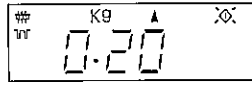
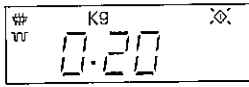
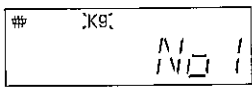


+1 min



x1

Display:



Beispiel 2: Angenommen, Sie wollen 1,2 kg Schweinebraten mit der **GAR-AUTOMATIK** garen.

Wählen Sie durch dreimaliges Drücken der **GAR-AUTOMATIK**-Taste das AUTOMATIK-Menü NO 3. Die Zubereitungsinformationen werden angezeigt: Das Gewichtssymbol blinkt auf dem Display:

Geben Sie das Gewicht durch Drehen des **ZEIT/GEWICHT**-Knopfes im Uhrzeigersinn ein.

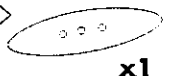
Die **MINUTE PLUS/START**-Taste drücken, um den Garvorgang zu starten.



x3

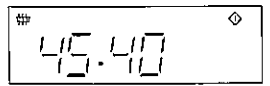
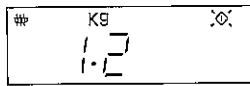
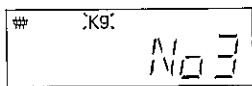


+1 min



x1

Display:



**Menü Nummer NO-1.****Pommes frites**

Menge: 200 - 400g
Geschirr: Direkt auf den Drehteller
Gewichtseinheit: 50g
Anfangstemperatur: -18°C, gefroren
Empfohlene Menüs: Kartoffelkroketten, Kartoffelbällchen,
KÜRZER-Taste (▼) drücken.
Wenn Sie dünne Pommes zubereiten, brauchen Sie die **KÜRZER-/LÄNGER**-Taste (▼/▲) **nicht zu drücken**. Für dicke Pommes frites, **LÄNGER**-Taste (▲) drücken.

Verfahren:

- Die gefrorenen Pommes frites (empfohlen für Backöfen), aus der Verpackung nehmen und auf den Drehteller legen.
- Falls erforderlich, die **KÜRZER-/LÄNGER**-Taste (▼/▲) drücken.
- Nach dem Garen vom Drehteller nehmen und auf einem Teller servieren.

Menü Nummer NO-2.**Tiefgekühlte Baguettes**

Menge: 125 - 500g (125 g/Stück)
Geschirr: Direkt auf den Drehteller
Gewichtseinheit: 125 g
Anfangstemperatur: -18°C, gefroren
Empfohlene Menüs: Baguettes mit Pizza-Belag.

Verfahren:

- Die tiefgekühlten Baguettes aus der Packung nehmen und auf den Drehteller legen.
- Nach dem Garen auf einem Teller servieren. (Keine Standzeit erforderlich).

Menü Nummer NO-3.**Fischstäbchen, Panierte Hähnchenteile**

Menge: 200 - 500g
Geschirr: Direkt auf den Drehteller
Gewichtseinheit: 100 g
Anfangstemperatur: -18°C, gefroren
Empfohlene Menüs: Geflügelstücke ("Chicken nuggets"), Fischstäbchen. Für Geflügelstücke drücken Sie die **LÄNGER**-Taste (▲) .

Verfahren:

- Den Drehteller mit 1 Teel. Öl einfetten.
- Die tiefgekühlten Fischstäbchen/Panierten Hähnchenteile aus der Packung nehmen.
- Die Fischstäbchen/Panierten Hähnchenteile mit etwas Öl bestreichen und auf den Drehteller legen.
- Nach dem Garen auf einem Teller servieren. (Keine Standzeit erforderlich).



Menü Nummer NO-1.

Tiefgekühlte Pizza, tiefgekühlte Quiche

Menge: 150 - 600g, Pizza
 150 - 500g, Quiche
 Geschirr: Direkt auf den Drehteller
 Gewichtseinheit: 50g
 Anfangstemperatur: -18°C, gefroren
 Empfohlene
 Menüs: Tiefgekühlte Pizza, tiefgekühlte Quiche.

Menü Nummer NO-2.

Gekühlte Pizza

Menge: 100 - 400g, Gesamtgewicht
 Geschirr: Direkt auf den Drehteller
 Gewichtseinheit: 50g
 Anfangstemperatur: 5°C, gekühlt

Menü Nummer NO-3.

Frische Pizza, Quiche

Menge: 700 - 1000g, Pizza, 700g Quiche
 Geschirr: Direkt auf den Drehteller
 Gewichtseinheit: 100g
 Anfangstemperatur: 20°C, Zimmertemperatur
 Empfohlene
 Menüs: Hausgemachte Pizza/Quiche.
 Für Quiche drücken Sie die
LÄNGER-Taste (▲).

PIZZAREZEPT

Zutaten:
 Ca. 300 g Fertigteig
 (Fertigmischung oder Ausrollteig)
 Ca. 200 g Tomaten aus der Dose
 150 g Belag nach Wunsch. (z.B. Mais,
 Schinken, Salami, Ananas)
 50 g geriebener Käse, Basilikum,
 Oregano, Thymian, Salz, Pfeffer

Verfahren:

1. Den Teig laut Anleitung herstellen. Auf die Größe des Drehtellers ausrollen und darauf legen.
2. Den Drehteller leicht einfetten und den Pizzaboden darauf legen.
3. Die Tomaten abgießen und in kleine Stücke schneiden. Die Tomaten mit den Kräutern würzen und auf dem Teigboden verteilen. Die anderen Zutaten auf der Pizza verteilen und abschließend mit Käse bestreuen.
4. Die Pizza mit dem Automatik-Programm für frische Pizza garen (NO-3).

Verfahren:

- Die tiefgekühlte, fertig zubereitete Pizza/Quiche aus der Packung nehmen und auf den Drehteller legen. Für Pizzas mit dickem Boden die **KÜRZER** (▼) -Taste drücken. Beim Garen von fertig zubereiteter, gefrorener Quiche zuerst die **LÄNGER** (▲) -Taste und dann die **PIZZA**-Taste drücken.
- Nach dem Garen auf einem Teller servieren.

Verfahren:

- Die fertig vorbereitete, gekühlte Pizza aus der Verpackung nehmen und auf den Drehteller legen.
- Nach dem Garen auf einem Teller servieren.

Verfahren:

- Die Pizza oder Quiche laut untenstehendem Rezept zubereiten.
- Direkt auf den Drehteller legen.
- Nach dem Garen auf einem Teller servieren.

QUICHEREZEPT

Zutaten:
 200-250g Quicheteig oder Blätterteig
 (gefroren oder gekühlt).
 3 Eier (mittelgroß).
 200 g Sahne oder Milch.
 100 g geriebener Käse (Emmentaler)
 50g Schinken (in Würfeln)

Verfahren:

1. Den Teig auftauen und auf die Größe des Drehtellers ausrollen und darauf legen.
2. Die Eier mit der Sahne und dem Käse vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen und auf dem Teigboden verteilen.
3. Den Schinken darüber streuen und die Quiche mit dem Automatik-Programm für frische Quiche garen
 No 3, **LÄNGER** (▲).



Menü Nummer NO-1.

Grillhähnchen

Menge: 900-1800 g
Geschirr: niedriger Rost
Gewichtseinheit: 100g
Anfangstemperatur: 5°C, gekühlt
Zutaten: für 1kg Grillhähnchen
1/2 Teel. Salz, Pfeffer
1TL Paprika, edelsüß
2EL Öl

Empfohlene

Menüs: Grillhähnchen

Menü Nummer NO-2.

Gratiniertes Fischfilet

Menge: 600 - 1200g
Geschirr: Auflaufform ca. 32 cm lang
Gewichtseinheit: 100g
Anfangstemperatur: 5°C, gekühlt
Empfohlene

Menüs: Fischauflauf

Rezept 1.

Fischauflauf nach italienischer Art

Zutaten: für 600g Rotbarschfilet:
ca. 250g Mozzarella
4 Tomaten (ca. 250 g)
2 EL Anchovisbutter
Salz und Pfeffer
1 EL geh. Basilikum
Saft einer halben Zitrone
2 EL geh. gemischte Kräuter
75 g ger. Gouda (45% Fett).

Verfahren:

- Den Fisch waschen und abtrocknen. Mit Zitronensaft beträufeln, salzen und mit der Anchovisbutter einfeilen.
- In eine ovale Auflaufform geben (32 cm).
- Den Gouda auf dem Fisch verteilen.
- Die Tomaten waschen und die Stielansätze heraus schneiden.
In Scheiben schneiden und auf den Käse legen.
- Mit Salz, Pfeffer und den gemischten Kräutern würzen.
- Mozzarella abtropfen lassen, in Scheiben schneiden und auf die Tomaten legen. Basilikum darüber streuen.
- Die Auflaufform auf den niedrigen Rost stellen und mit dem Gar-Automatik-Programm Nr. 2 für Gratiniertes Fischfilet garen.

Tip: Nach dem Garen den Fisch aus der Auflaufform nehmen und etwas Soßenbinder in die Sauce einrühren. Noch einmal 1-2 Minuten bei 100% Mikrowellen-Leistung garen.

Verfahren:

- Die Gewürze mischen und auf dem Hähnchen verteilen.
- Die Haut des Hähnchens mit einer Gabel einstechen.
- Das Hähnchen mit der Brustseite nach unten auf den niedrigen Rost legen.
- Wenn das akustische Signal ertönt, das Hähnchen wenden.
- Das Hähnchen nach dem Garen ca. 3 Minuten stehen lassen.

Verfahren:

- Das Fischfilet nach einem der folgenden drei Rezepte zubereiten.
- Die Form auf den niedrigen Rost stellen.
- Nach dem Garen ca. 3 Minuten stehen lassen.

Rezept 2.

Gratinierte Rotbarschfilets 'Esterhazy'

Zutaten: für 600 g Rotbarschfilet:
2 Stangen Porree, (250g)
50 g Zwiebel
100 g Karotten
1 EL Butter
Salz, Pfeffer und Muskat
2 EL Zitronensaft
125 g Crème fraîche.
100 g ger. Gouda (45% Fett).

Verfahren:

- Den Porree waschen und längs in zwei Teile schneiden. In dünne Streifen schneiden.
- Die Zwiebeln und Karotten schälen und in dünne Streifen schneiden.
- Das Gemüse, die Butter und die Gewürze in eine Schüssel mit Deckel geben und gut durchmischen. 5-6 Minuten bei 100% Leistung garen. Während des Garens einmal umrühren.
- In der Zwischenzeit das Fischfilet waschen, abtrocknen, mit Zitronensaft beträufeln und salzen.
- Die Crème fraîche unter das Gemüse mischen und nachwürzen.
- Die Hälfte des Gemüses in eine ovale Auflaufform geben. Den Fisch darauf legen und mit dem restlichen Gemüse bedecken.
- Den Gouda darüber streuen und die Form auf den niedrigen Rost stellen. Mit dem Gar-Automatik-Programm Nr. 2 Gratiniertes Fischfilet garen.



Rezept 3.

Fisch-Brokkoliauflauf

Zutaten: für 500g Fischfilet:
 2 EL Zitronensaft
 1 EL Butter
 2 EL Mehl
 300 ml Milch
 geh. Dill, Pfeffer, Salz
 250 g gefrorener Brokkoli
 100 g ger. Gouda (45% Fett)

Verfahren:

- Das Fischfilet waschen und abtrocknen. Mit Zitronensaft beträufeln und salzen.
- Butter und Mehl in einer runden Schüssel ohne Deckel ca. 1-1/2 Minuten bei 100% Leistung erhitzen.
- Die Milch hinzufügen und sehr gründlich verrühren. Noch einmal ohne Deckel 3-4 Minuten bei 100% Leistung kochen. Anschließend erneut umrühren und mit Dill, Salz und Pfeffer würzen.
- Den Brokkoli in einer Schüssel mit Deckel 4-6 Minuten lang bei 100% Leistung auftauen. Nach dem Auftauen den Brokkoli in eine Auflaufform geben, den Fisch darauf legen und würzen.
- Die Soße darübergießen und abschließend mit dem Käse bestreuen.
- Die Form auf den niedrigen Rost stellen und mit dem Gar-Automatik-Programm Nr. 2 für Gratiniertes Fischfilet garen.

Menü Nummer NO-3.

Schweinebraten

Menge: 600 - 2000g
 Geschirr: niedriger Rost
 Gewichtseinheit: 100 g
 Anfangstemperatur: 5°C, gekühlt
 Zutaten: auf 1kg mageren Rollbraten,
 1 zerdrückte Knoblauchzehe
 2EL Öl
 1EL Paprika, edelsüß
 eine Prise Kreuzkümmel
 1TL Salz

Empfohlene

Menüs: Magerer Rollbraten

Menü Nummer NO-4.

Grillspieße

Menge: 200 - 800g
 Geschirr: Hoher Rost
 Gewichtseinheit: 100 g
 Anfangstemperatur: 5°C, gekühlt

Empfohlene

Menüs: Verschiedene Grillspieße

Verfahren:

- Alle Gewürze vermischen und auf dem Fleisch verteilen.
- Das Fleisch auf den niedrigen Rost legen.
- Beim Ertönen des Signals das Fleisch wenden.
- Nach dem Garen ca. 10 Minuten in Aluminiumfolie gewickelt stehenlassen.

Hinweis:

Beim Zubereiten eines eher dünnen Schweinebratens, drücken Sie die **KÜRZER-**Taste (▼).

Verfahren:

- Die Grillspieße vorbereiten. (Siehe im folgenden SHARP-Kochbuchteil).
- Die Grillspieße auf den hohen Rost legen.
- Beim Ertönen des Signals die Spieße wenden.
- Nach dem Garen auf einem Teller servieren.



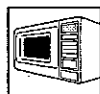
Menü Nummer NO-1.

Auftauen 1, Geflügel

Menge: 900 - 2000g
 Geschirr: (siehe Hinweis auf folgender Seite)
 Gewichtseinheit: 100g,
 Anfangstemperatur: -18°C, gefroren.

Verfahren

- Einen Teller umgekehrt auf den Drehteller stellen und das Geflügel darauf legen.
- Beim Ertönen des Signals das Geflügel wenden.
- Beim Ertönen des Signals noch einmal wenden.
- Nach dem Auftauen, in Aluminiumfolie eingewickelt 30-90 Minuten stehenlassen, bis das Geflügel vollkommen aufgetaut ist.



Menü Nummer NO-1, Auftau-Automatik 1, Hähnchenschenkel

Menge: 200 - 1000g
Geschirr: (siehe Hinweis unten)
Gewichtseinheit: 100g
Anfangstemperatur: -18°C, gefroren.

Verfahren:

- Die Hähnchenschenkel auf einen Teller legen.
- Wenn das akustische Signal ertönt, die Hähnchenschenkel wenden und neu anordnen.
- Wenn das akustische Signal ertönt, die Hähnchenschenkel noch einmal wenden.
- Das Hähnchen nach dem Auftauen in Aluminiumfolie gewickelt 10-30 Minuten lang stehen lassen, bis es vollständig aufgetaut ist.

Menü Nummer NO-1, Auftau-Automatik 1, Steak , Kotelett, Fischfilet

Menge: 0.2 - 1.0 kg
Geschirr: (siehe Hinweis unten)
Gewichtseinheit: 100g
Anfangstemperatur: -18°C, gefroren.

Verfahren:

- Das Lebensmittel in einer Schicht auf den Teller legen. Wenn die Portionen zusammengefroren sind, so zeitig wie möglich trennen.
- Wenn das akustische Signal ertönt, die Speise wenden und neu anordnen.
- Wenn das akustische Signal ertönt, die Speise noch einmal wenden.
- Die Speise nach dem Auftauen in Aluminiumfolie gewickelt 10-30 Minuten stehen lassen, bis sie vollständig aufgetaut ist.

Menü Nummer NO-2, Auftau-Automatik 2, Bratenfleisch

Menge: 600-2000g
Geschirr: (siehe Hinweis unten)
Gewichtseinheit: 100g
Anfangstemperatur: -18°C, gefroren.

Verfahren:

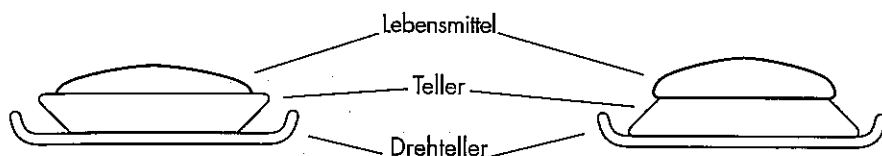
- Einen Teller umgekehrt auf den Drehteller stellen und das Fleisch darauf legen.
- Wenn das akustische Signal ertönt, das Fleisch wenden.
- Wenn das akustische Signal ertönt, das Fleisch noch einmal wenden.
- Das Fleisch nach dem Auftauen in Aluminiumfolie gewickelt 30-90 Minuten stehen lassen, bis es vollständig aufgetaut ist.

HINWEIS:

1. Steaks, Koteletts, Fischfilets und Hähnchenschenkel sollten in einer Schicht eingefroren werden.
2. Nach dem Wenden die aufgetauten Teile mit kleinen, flachen Aluminiumfolienstücken abdecken.
3. Das Geflügel sollte sofort nach dem Auftauen gegart werden.
4. Die Lebensmittel, wie unten dargestellt, in das Gerät stellen:

Hähnchenschenkel, Steaks, Koteletts und Fischfilet.

Geflügel und Braten





1. GAREN MIT VERSCHIEDENEN GARFOLGEN

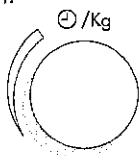
Eine Folge von (maximal) 4 Stufen, die die Betriebsarten **MIKROWELLE**, **GRILL** oder **KOMBI-GRILL** kombiniert, kann programmiert werden.

Beispiel:-

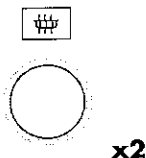
Garen: Stufe 1: 2 Minuten, 30 Sekunden bei 70% Leistung Stufe 2: 5 Minuten Grill oben

STUFE 1

Geben Sie durch Drehen des **ZEIT/GEWICHT**-Knopfes im Uhrzeigersinn die gewünschte Garzeit (2 Minuten 30 Sekunden) ein.

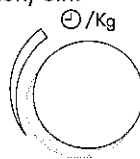


Durch zweimaliges Drücken der **LEISTUNGSSTUFEN**-Taste 70% Mikrowellen-Leistung einstellen.

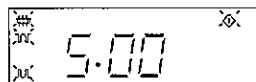
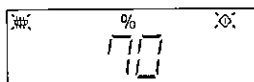
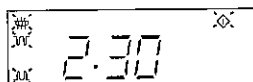


STUFE 2

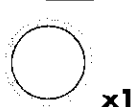
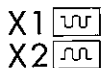
Geben Sie durch Drehen des **ZEIT/GEWICHT**-Knopfes im Uhrzeigersinn die gewünschte Garzeit (5 Minuten) ein.



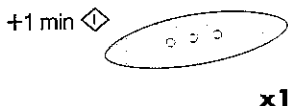
Display:



Wählen Sie durch einmaliges Drücken der **GRILL OBEN** ODER **UNTEN**-Taste nur den Grill oben aus

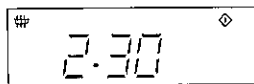
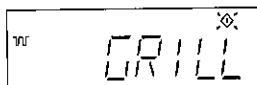


Drücken Sie die **MINUTE PLUS/START**-Taste, um den Garvorgang zu starten.



Das Gerät arbeitet nun 2 Minuten und 30 Sekunden lang bei 70% Leistung in der Mikrowellen-Betriebsart und anschließend 5 Minuten mit dem Grill oben.

Display:



BEISPIELE FÜR DAS GAREN MIT VERSCHIEDENEN GARFOLGEN

1. Nur Mikrowelle, Mikrowelle mit Grill oben, nur Grill oben.
2. Grill oben und unten, nur Grill oben.
3. Nur Mikrowelle, Mikrowelle mit Grill oben, nur Mikrowelle, nur Grill unten. Eine Kombination von maximal 4 der folgenden Einstellungen kann gewählt werden:

- Mikrowelle mit Grill oben;
- Mikrowelle mit Grill unten;
- nur Mikrowelle;
- Grill oben und unten;
- nur Grill oben;
- nur Grill unten.



ANDERE NÜTZLICHE FUNKTIONEN

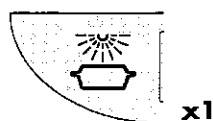
2. KÜRZER / LÄNGER-Taste.

Die **KÜRZER** (▼) - und **LÄNGER** (▲) -Tasten können zum Verkürzen bzw. Verlängern der Garzeit bei Automatikbetrieb, sowie der eingestellten Zeit bei allen Funktionen verwendet werden.

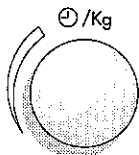
a) Ändern der vorprogrammierten Zeiteinstellung.

Angenommen, Sie wollen 0,9 kg Grillhähnchen mit der **AUTOMATIK**-Taste und der **LÄNGER** (▲)-Taste garen.

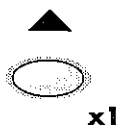
Wählen Sie durch einmaliges Drücken der **GAR-AUTOMATIK**-Taste das Menü (Grillhähnchen) aus.



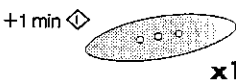
Geben Sie das Gewicht durch Drehen des **ZEIT/GEWICHT**-Knopfes im Uhrzeigersinn ein.



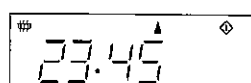
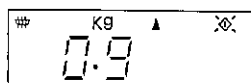
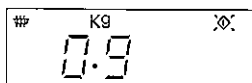
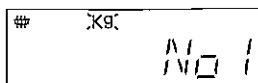
Wählen Sie das gewünschte Garergebnis (gut gegart) durch einmaliges Drücken der **LÄNGER**-Taste.



Drücken Sie die **MINUT PLUS/START**-Taste, um den Garvorgang zu starten.



Display:



HINWEIS:

Zum Abbrechen von **KÜRZER** oder **LÄNGER** drücken Sie die gleiche Taste noch einmal.

Um von **LÄNGER** zu **KÜRZER** zu wechseln, drücken Sie einfach die **KÜRZER** (▼)-Taste.

Um von **KÜRZER** zu **LÄNGER** zu wechseln, drücken Sie einfach die **LÄNGER** (▲)-Taste.

b) Ändern der Garzeit bei laufendem Garvorgang

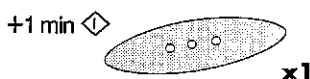
Sie können die Garzeit um je 1 Minute vermindern oder erhöhen, indem Sie die **KÜRZER** (▼)- oder **LÄNGER** (▲)-Taste drücken.

3. MINUTE PLUS/START-Taste.

Mit der **MINUTE PLUS/START**-Taste können Sie die folgenden Funktionen ausführen:

a) Direkter Start

Durch Drücken der **MINUTE PLUS/START**-Taste können Sie den Garvorgang mit 100% Mikrowellen-Leistung für 1 Minute sofort starten.

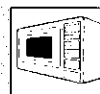


HINWEIS:

Um eine Fehlbedienung durch Kinder zu verhindern, kann die **MINUTE PLUS/START**-Taste nur innerhalb von 1 Minute nach einem vorausgehenden Bedienungsschritt benutzt werden.

b) Verlängern der Garzeit.

Sie können die Garzeit um je 1 Minute verlängern, wenn Sie während des Betriebs die **MINUTE PLUS/START** -Taste drücken.

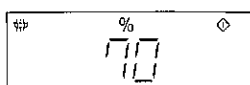


4. ÜBERPRÜFEN DER LEISTUNGSSTUFE

Um während des Garvorgangs die Mikrowellen-Leistungsstufe zu überprüfen, drücken Sie die **LEISTUNGSSTUFEN**-Taste.



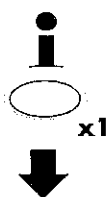
Solange Sie die Taste mit dem Finger drücken, wird die Leistungsstufe angezeigt.



Das Gerät zählt zurück, auch wenn das Display die Leistungsstufe anzeigt.

5. INFORMATIONSTaste

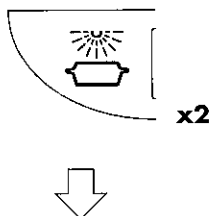
Jede Taste bietet nützliche Informationen. Wenn Sie die Informationen sehen wollen, drücken Sie die **INFORMATIONSTaste**, bevor Sie die gewünschte Taste betätigen.



Wählen Sie die **INFORMATION**-Funktion.

Beispiel:

Angenommen, Sie wünschen Informationen über das Gar-AUTOMATIK-Menü Nummer 1, Grillhähnchen:

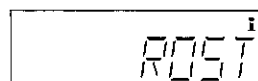
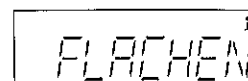
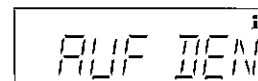
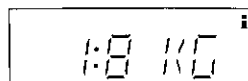
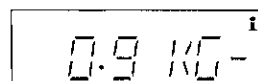
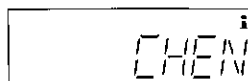
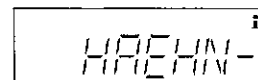
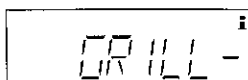
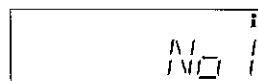


Drücken Sie die gewünschte Taste. Um Informationen zum **GAR-AUTOMATIK**-Menü No. 1 zu erhalten, die Taste nochmal drücken.

HINWEIS:

1. Die Informationsmeldung wird zweimal wiederholt, anschließend wird auf dem Display die Uhrzeit angezeigt.
2. Wenn Sie die Informationen abbrechen wollen, drücken Sie die **STOP**-Taste.

Überprüfen Sie das Display:





**VORSICHT! KEINE HANDELSÜBLICHEN
OFENREINIGER, SCHEUERENDE ODER
SCHARFE REINIGUNGSMITTEL ODER
METALLWOLLEREINIGER AM
MIKROWELLENGERÄT VERWENDEN.**

WARNUNG:

Nach dem GRILL-, KOMBI- und AUTOMATIKBETRIEB (außer Auftau-Automatik) sind Geräteinnenraum, Tür Gerätegehäuse und Zubehörteile sehr heiß. Vor dem Reinigen sicherstellen, daß alle Teile vollständig ausgekühlt sind.

Außen

Die Außenseite des Gerätes mit einer milden Seifenlauge reinigen. Die Seifenlauge gründlich mit einem feuchten Tuch abwischen und mit einem Handtuch nachtrocknen.

Bedienfeld

Vor dem Reinigen die Tür öffnen, um das Bedienfeld zu inaktivieren. Das Bedienfeld vorsichtig mit einem feuchten Tuch reinigen. Niemals zuviel Wasser und keine chemischen oder scheuernden Reiniger verwenden, da das Bedienfeld dadurch beschädigt werden kann.

Garraum

1. Nach jedem Gebrauch das noch warme Gerät zur Reinigung mit einem weichen, feuchten Tuch oder Schwamm abwischen, um leichte Verschmutzungen zu entfernen. Für starke Verschmutzungen eine milde Seifenlauge verwenden und mehrmals mit

einem weichen, feuchten Tuch oder Schwamm gründlich nachwischen, bis alle Rückstände vollständig entfernt sind.

Die Hohlleiterabdeckung nicht entfernen. Zum Reinigen können Sie den Grill unten mit der Hand anheben.

Nach dem Reinigen setzen Sie den Grill unten in seine niedrigste Position zurück (siehe untenstehende Abbildung).

2. Sicherstellen, daß weder Seifenlauge noch Wasser durch die kleinen Öffnungen an der Wand eindringen, da dies das Gerät beschädigen kann.
3. Verwenden Sie keine Sprühreiniger im Garraum.
4. Erhitzen Sie Ihr Gerät regelmäßig unter Verwendung beider Heizelemente, siehe „Heizen ohne Speisen“ auf Seite 18. Speisereste oder Fettspritzer können Rauch oder unangenehme Gerüche verursachen.

Drehteller und Drehteller-Träger

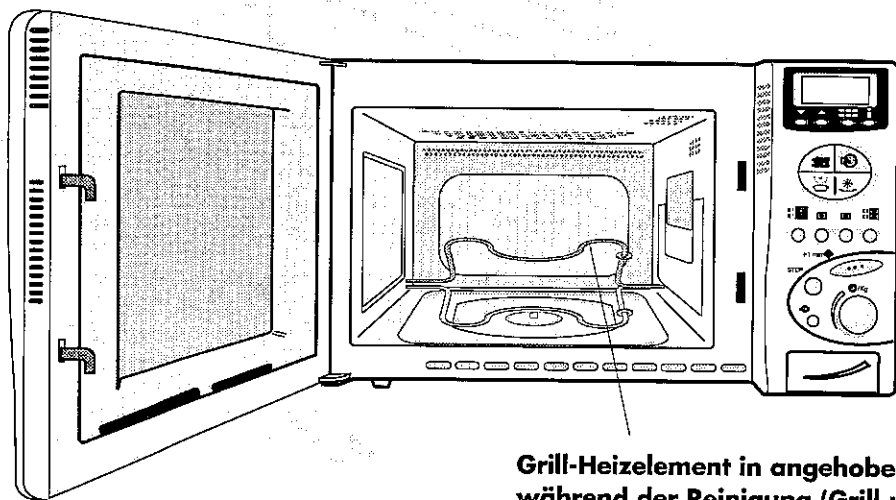
Entfernen Sie zuerst den Drehteller und den Drehteller-Träger aus dem Gerät. Den Drehteller und den Träger mit einer milden Seifenlauge reinigen und mit einem weichen Tuch trocknen. Beide Teile sind spülmaschinenfest.

Niedriger Rost und hoher Rost

Diese Roste mit einem milden Spülmittel reinigen und nachtrocknen. Die Roste sind spülmaschinenfest.

Gerätetür

Die Tür auf beiden Seiten, die Türdichtung und die Dichtungsoberflächen des öfteren mit einem feuchten Tuch abwischen, um Verschmutzungen zu entfernen.



**Grill-Heizelement in angehobener Position
während der Reinigung (Grill unten).**



BITTE PRÜFEN SIE DIE FOLGENDEN PUNKTE, BEVOR SIE DEN KUNDENDIENST RUFEN.

1. Stromversorgung
Überprüfen Sie, ob der Netzstecker richtig an eine spannungsführende Netzsteckdose angeschlossen ist.
Vergewissern Sie sich, daß die Netzsicherung/Sicherungsautomat in Ordnung sind.
2. Leuchtet die Garraumlampe bei geöffneter Tür? JA _____ NEIN _____
3. Stellen Sie einen Meßbecher mit etwa 150ml Wasser in das Gerät und schließen Sie die Tür.
Programmieren Sie das Gerät auf 1 Minute bei 100% Mikrowellenleistung und starten Sie es.
Leuchtet die Lampe? JA _____ NEIN _____
Dreht sich der Drehteller? JA _____ NEIN _____
HINWEIS: Der Drehteller dreht sich in beide Richtungen.
Arbeitet die Lüftung? JA _____ NEIN _____
(Legen Sie Ihre Hand über die Lüftungsöffnungen und prüfen Sie, ob Luft herauskommt.)
Ertönt der Signalton nach einer Minute? JA _____ NEIN _____
Erlischt die Anzeige "Garen"? JA _____ NEIN _____
Ist das Wasser im Meßbecher nach dem gerade durchgeführten Betrieb heiß? JA _____ NEIN _____
4. Stellen Sie 3 Minuten lang die GRILL-BETRIEBSART mit Grill oben und unten ein.
Werden nach 3 Minuten beide Grill-Heizelemente rot? JA _____ NEIN _____

Falls für eine der obigen Fragen die Antwort "NEIN" ist, den Händler oder den SHARP-Kundendienst benachrichtigen und das Ergebnis der Prüfung mitteilen.

HINWEISE:

1. Wenn Sie die Speisen in der Standardgarzeit in nur einer Betriebsart garen, wird die Leistung des Gerätes automatisch reduziert, um eine Überhitzung zu vermeiden. (Die Mikrowellenleistung wird vermindert und die Grillheizelemente werden ein- und abgeschaltet.)

Betriebsart	Standardzeit
Mikrowelle 100%	20 min.
Grillbetrieb	
GRILL OBEN	30 min.
GRILL UNTEN	45 min.
GRILL OBEN und UNTEN	Grill oben - 15 min.
	Grill unten - 15 min.
Kombi 1	Mikro - 20 min.
	Grill oben - 15 min.
Kombi 2	Mikro - 20 min.
	Grill unten - 15 min.

2. Nach dem GRILL-, KOMBI- und/oder AUTOMATIK-BETRIEB (außer bei der AUFTAU-AUTOMATIK) läuft der Lüfter, bis das Gerät abgekühlt ist. Auch wenn Sie während der GRILL-, KOMBI- und/oder GAR-AUTOMATIK Betriebsart (außer bei AUFTAU-AUTOMATIK) die **STOP**-Taste drücken, läuft der Lüfter. Sie werden feststellen, daß Luft aus den Lüftungsöffnungen ausströmt, um das Gerät zu kühlen.



WAS SIND MIKROWELLEN?

Mikrowellen sind wie Radio- und Fernsehwellen elektromagnetische Wellen.

Mikrowellen werden im Mikrowellengerät vom Magnetron erzeugt und versetzen die Wassermoleküle im Lebensmittel in Schwingungen. Durch die verursachte Reibung entsteht Wärme, die dafür sorgt, daß die Speisen aufgetaut, erhitzt oder gegart werden.

Das Geheimnis der kurzen Garzeiten liegt darin, daß die Mikrowellen von allen Seiten direkt in das Gargut eindringen. Die Energie wird optimal ausgenutzt. Im Vergleich dazu gelangt die Energie beim Kochen mit dem Elektroherd über Umwege von der Herdplatte an den Kochtopf und dann erst zum Lebensmittel. Auf diesem Umweg geht viel Energie verloren.

EIGENSCHAFTEN DER MIKROWELLEN

Mikrowellen durchdringen alle nichtmetallischen Gegenstände aus Glas, Porzellan, Keramik,

Kunststoff, Holz und Papier. Das ist der Grund dafür, warum diese Materialien in der Mikrowelle nicht erhitzt werden. Das Geschirr wird nur indirekt über die Speise erwärmt.

Speisen nehmen Mikrowellen auf (absorbieren) und werden dadurch erhitzt.

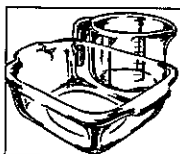
Materialien aus Metall werden von der Mikrowelle nicht durchdrungen, die Mikrowellen werden zurückgeworfen (reflektiert). Deshalb sind Gegenstände aus Metall für die Mikrowelle in der Regel nicht geeignet. Es gibt jedoch Ausnahmen, wo Sie genau diese Eigenschaften ausnutzen können. So werden Speisen an bestimmten Stellen während des Auftauens oder Garens mit etwas Aluminiumfolie abgedeckt. Dadurch vermeiden Sie zu warme oder zu heiße bzw. übergarte Bereiche bei unregelmäßigen Teilen. Beachten Sie hierzu die folgenden Hinweise.



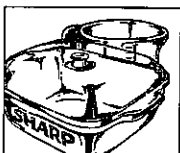
DAS GEEIGNETE GESCHIRR

DAS GEEIGNETE GESCHIRR FÜR DEN MIKROWELLENBETRIEB

GLAS UND GLAS-KERAMIK



Hitzebeständiges Glasgeschirr ist sehr gut geeignet. Der Garkvorgang kann von allen Seiten beobachtet werden. Es darf jedoch nicht metallhaltig (z.B. Bleikristall) oder mit einer Metallaufgabe versehen sein (z.B. Goldrand, Kobaltblau).



KERAMIK

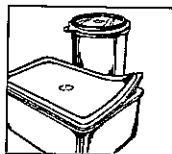
ist im allgemeinen gut geeignet.

Keramik muß glasiert sein, da bei unglasierter Keramik Feuchtigkeit in das Geschirr eindringen kann. Feuchtigkeit erhitzt das Material und kann es zum Zerspringen bringen. Falls Sie nicht sicher sind, ob Ihr Geschirr für die Mikrowelle geeignet ist, führen Sie den Geschirr-Eignungstest durch. Siehe Seite 33.

PORZELLAN

ist sehr gut geeignet. Achten Sie darauf, daß das Porzellan keine Gold- oder Silberaufgabe hat bzw. nicht metallhaltig ist.

KUNSTSTOFF

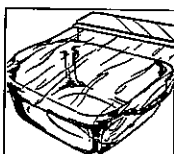


Hitzebeständiges, mikrowellengeeignetes Kunststoffgeschirr ist zum Auftauen, Erhitzen und Garen geeignet. Beachten Sie bitte die Angaben des Herstellers.

PAPIER-GESCHIRR

Hitzebeständiges, mikrowellengeeignetes Papiergeschirr ist ebenfalls geeignet. Beachten Sie bitte die Angaben des Herstellers.

KÜCHENPAPIER



kann benutzt werden, um entstehende Feuchtigkeit bei kurzen Erhitzungsvorgängen aufzunehmen, z.B. von Brot oder Paniertem. Das Papier zwischen

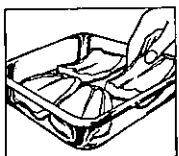
die Speise und den Drehteller legen. So bleibt die Oberfläche der Speise knusprig und trocken. Durch Abdecken von fettigen Speisen mit Küchenpapier werden Spritzer aufgefangen.



MIKROWELLENFOLIE

oder hitzebeständige Folie ist zum Abdecken oder Umwickeln gut geeignet. Beachten Sie bitte die Angaben des Herstellers.

BRATBEUTEL



können im Mikrowellengerät verwendet werden. Metallclips sind jedoch zum Verschließen ungeeignet, da die Bratbeutelfolie schmelzen kann.

Nehmen Sie Bindfaden zum Verschließen und stechen Sie den Bratbeutel mehrmals mit einer Gabel ein. Nicht hitzebeständige Folie, wie z.B. Frischhaltefolie, ist für die Benutzung im Mikrowellengerät nicht empfehlenswert.

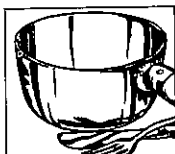
DAS GEEIGNETE GESCHIRR FÜR DEN KOMBIBETRIEB

Für den Kombibetrieb (Mikrowelle + Grill) und Grillbetrieb können Sie jedes hitzebeständige Geschirr einsetzen, z.B. Porzellan, Keramik oder Glas. Geschirr aus Metall ist nur für den reinen Grillbetrieb zu benutzen. Verwenden Sie kein Küchen- oder Backpapier im Grillbetrieb oder bei Benutzung der Unterhitze. Es könnte überhitzen und sich entzünden.

BRÄUNUNGSGESCHIRR

ist spezielles Mikrowellenbratgeschirr aus Glaskeramik mit einer Metallegierung am Boden, die dafür sorgt, daß die Speise gebräunt wird. Bei Verwendung von Bräunungsgeschirr muß ein geeigneter Isolator, z.B. ein Porzellanteller, zwischen Drehteller und Bräunungsschale gelegt werden. Beachten Sie genau die Vorheizzeit gemäß Herstelleranweisung. Bei Überschreitung kann es zur Beschädigung des Drehtellers und Drehteller-Trägers kommen bzw. die Schutzsicherung des Gerätes auslösen und das Gerät ausschalten.

METALL



sollte in der Regel nicht verwendet werden, da Mikrowellen Metall nicht durchdringen und so nicht an die Speisen gelangen können. Es gibt jedoch Ausnahmen:

Schmale Streifen aus Aluminiumfolie können zum Abdecken von Teilen verwendet werden, damit diese nicht zu schnell auftauen oder garen (z.B. die Flügel beim Hähnchen).



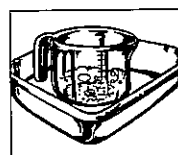
Kleine Metallspeie und Aluminiumschalen (z.B. bei Fertiggerichten) können benutzt werden. Sie müssen aber im Verhältnis zur Speise klein sein, z.B. müssen Aluminiumschalen mindestens $\frac{2}{3}$ bis $\frac{3}{4}$ mit Speise gefüllt sein. Empfehlenswert ist, die Speise in mikrowellengeeignetes Geschirr umzufüllen.

Bei Verwendung von Aluminiumschalen oder anderem Metallgeschirr muß ein Mindestabstand von ca. 2,0 cm zu den Garraumwänden eingehalten werden, da diese sonst durch mögliche Funkenbildung beschädigt werden können.

KEIN GESCHIRR MIT METALLAUFLAGE

Metallteilen oder Metalleinschlüssen, wie z.B. mit Schrauben, Bändern oder Griffen verwenden.

GESCHIRR-EIGNUNGSTEST



Wenn Sie nicht sicher sind, ob Ihr Geschirr mikrowellengeeignet ist, führen Sie folgenden Test durch: Das Geschirr in das Gerät stellen. Ein Glasgefäß mit 150 ml

Wasser gefüllt auf oder neben das Geschirr stellen. Das Gerät 1 bis 2 Minuten bei 100% Leistung betreiben. Wenn das Geschirr kühl oder handwarm bleibt, ist es geeignet. Diesen Test nicht für Kunststoffgeschirr durchführen. Es könnte schmelzen.

**BEVOR SIE BEGINNEN ...**

Um Ihnen den Umgang mit der Mikrowelle so einfach wie möglich zu machen, haben wir für Sie die wichtigsten Hinweise und Tips nachfolgend zusammengestellt: Starten Sie Ihr Gerät nur dann, wenn sich Lebensmittel im Garraum befinden.

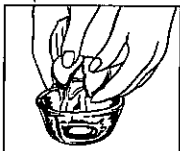
EINSTELLUNG DER ZEITEN

Die Auftau-, Erhitzungs- und Garzeiten sind im allgemeinen erheblich kürzer als in einem konventionellen Herd oder Backofen. Halten Sie sich deshalb an die in diesem Kochbuch empfohlenen Zeiten. Stellen Sie die Zeiten eher kürzer als länger ein. Machen Sie nach dem Garen eine Garprobe. Lieber kurz nachgaren, als etwas übergaren lassen.

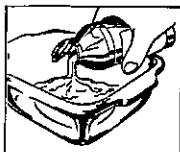
AUSGANGSTEMPERATUR

Die Auftau-, Erhitzungs- und Garzeiten sind von der Ausgangstemperatur der Lebensmittel abhängig. Tiefgefrorene und kühl-schranktemperierte Lebensmittel benötigen beispielsweise länger als raumtemperierte. Für das Erhitzen und Garen von Lebensmitteln werden normale Lagertemperaturen vorausgesetzt (Kühlschranktemperatur ca. 5°C, Raumtemperatur ca. 20°C). Für das Auftauen von Lebensmitteln wird von -18°C Tiefkühltemperatur ausgegangen.

Popcorn nur in speziellen mikrowellengeeigneten Popcorn-Behältern zubereiten. Richten Sie sich genau nach den Angaben des Herstellers. Keine normalen Papierbehälter oder Glasgeschirr verwenden.



Eier nicht in der Schale kochen. In der Schale baut sich Druck auf, der zum Explodieren des Eies führen könnte. Das Eigelb vor dem Garen anstechen.



Kein Öl oder Fett zum Fritieren im Mikrowellengerät erhitzen. Die Temperatur des Öls kann nicht kontrolliert werden. Das Öl könnte plötzlich aus dem Gefäß spritzen.

Keine geschlossenen Gefäße, wie Gläser oder Dosen, erhitzen. Durch den entstehenden Druck könnten die Gefäße zerspringen. (Ausnahme: Einkochen).

ALLE ANGEGEBENEN ZEITEN...

in diesem Kochbuch sind Richtwerte, die je nach Ausgangstemperatur, Gewicht und Beschaffenheit (Wasser-, Fettgehalt etc.) der Lebensmittel variieren können.

SALZ, GEWÜRZE UND KRÄUTER

In der Mikrowelle gegerichte Speisen erhalten ihren Eigengeschmack besser als bei konventionellen Zubereitungsarten. Verwenden Sie deshalb Salz, sehr sparsam und salzen Sie in der Regel erst nach dem Garen. Salz bindet Flüssigkeit und trocknet die Oberfläche aus. Gewürze und Kräuter können wie gewohnt verwendet werden.

EINSATZMÖGLICHKEITEN

Mikrowellenbetrieb: Mit dieser Betriebsart können Sie in kürzester Zeit Speisen auftauen, erhitzen und garen.

Kombibetrieb: Durch die Kombination der Mikrowelle mit dem Grill können Sie gleichzeitig garen und bräunen. Die Vorteile dieses Gerätes werden also sinnvoll miteinander kombiniert. Die Hitze des Grills versiegelt schnell die Poren der Gargutrandschichten und die Mikrowellen sorgen für eine kurze schonende Garzeit. Das Lebensmittel bleibt innen saftig und wird außen knusprig.

Grillbetrieb: Ihr Gerät ist mit einem Quarzgrill ausgestattet. Diesen können Sie auch ohne Mikrowellenbetrieb wie jeden anderen konventionellen Grill benutzen.

Außerdem verfügt Ihr Gerät über einen unteren Grill, der es Ihnen ermöglicht Speisen, z.B. Pizzen auch von unten knusprig zu bräunen.

GARPROBEN

Der Garzustand von Speisen kann wie bei konventioneller Zubereitung getestet werden:

- **Speisethermometer:** Jede Speise hat bei Abschluß des Erhitzungs- oder Garvorgangs eine bestimmte Innentemperatur. Mit einem Speisethermometer können Sie feststellen, ob die Speise heiß genug bzw. gegart ist.
- **Gabel:** Fisch können Sie mit einer Gabel prüfen. Wenn das Fischfleisch nicht mehr glasig ist und sich leicht von den Gräten löst, ist es gar. Ist es übergart, wird es zäh und trocken.
- **Holzstäbchen:** Kuchen und Brot können durch Einstechen eines Holzstäbchens getestet werden. Wenn das Stäbchen nach dem Herausziehen sauber und trocken bleibt, ist die Speise gar.



GARZEITBESTIMMUNG MIT DEM SPEISETHERMOMETER

Jedes Getränk und jede Speise hat nach Ende des Garvorgangs eine bestimmte Innentemperatur, bei der der Garvorgang abgeschlossen werden kann und das Ergebnis gut ist. Die Innentemperatur können Sie mit einem Speisetemperaturmeter feststellen. In der Temperaturtabelle sind die wichtigsten Temperaturen angegeben.

TABELLE: GARZEITBESTIMMUNG MIT DEM SPEISETHERMOMETER

Getränk/Speise	Innentemperatur am Ende der Garzeit	Innentemperatur nach 10 bis 15 Minuten Standzeit
Getränke erhitzen (Kaffee, Wasser, Tee, etc.)	65-75°C	
Milch erhitzen	75-80°C	
Suppen erhitzen	75-80°C	
Eintöpfe erhitzen	75-80°C	
Geflügel	80-85°C	85-90°C
Lammfleisch		
Rosa gebraten	70°C	70-75°C
Durchgebraten	75-80°C	80-85°C
Roastbeef		
Leicht angebraten (rare)	50-55°C	55-60°C
Halb durchgebraten (medium)	60-65°C	65-70°C
Gut durchgebraten (well done)	75-80°C	80-85°C
Schweine-, Kalbfleisch	80-85°C	80-85°C

WASSERZUGABE

Gemüse und andere sehr wasserhaltige Lebensmittel können im eigenen Saft oder mit wenig Wasserzugabe gegart werden. Dadurch bleiben viele Vitamine und Mineralstoffe im Lebensmittel erhalten.

LEBENSMITTEL MIT HAUT ODER SCHALE

wie Würstchen, Hähnchen, Hähnchenschenkel, Pellkartoffeln, Tomaten, Äpfel, Eigelb oder ähnliches, mit einer Gabel oder einem Holzstäbchen einstechen. Dadurch kann der sich bildende Dampf entweichen, ohne daß die Haut oder Schale platzt.

FETTE SPEISEN

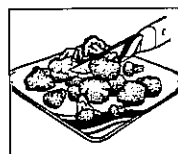
Mit Fett durchwachsenes Fleisch und Fettschichten garen schneller als magere Teile. Decken Sie

deshalb diese Teile beim Garen mit etwas Aluminiumfolie ab oder legen Sie die Lebensmittel mit der fetten Seite nach unten.

BLANCHIEREN VON GEMÜSE

Gemüse sollte vor dem Einfrieren blanchiert werden. So bleiben die Qualität und die Aromastoffe am besten erhalten.

Verfahren: Das Gemüse waschen und zerkleinern. 250g Gemüse mit 275 ml Wasser in eine Schüssel geben und abgedeckt 3-5 Minuten erhitzen. Nach dem Blanchieren sofort in Eiswasser tauchen, um ein Weiterkochen zu verhindern, und danach abtropfen lassen. Das blanchierte Gemüse luftdicht verpacken und einfrieren.



EINKOCHEN VON OBST UND GEMÜSE

Das Einkochen in der Mikrowelle ist schnell und einfach. Im Handel gibt es speziell für die

Mikrowelle geeignete Einmachgläser, Gummiringe und passende Einmachklammern aus Kunststoff. Die Hersteller geben genaue Anwendungshinweise.

KLEINE UND GROSSE MENGEN

Die Mikrowellenzeiten sind direkt abhängig von der Menge des Lebensmittels, das Sie auftauen, erhitzen oder garen möchten. Das bedeutet, kleine Portionen garen schneller als große.

Als Faustregel gilt:

DOPPELTE MENGE=FAST DOPPELTE ZEIT

HALBE MENGE=HALBE ZEIT

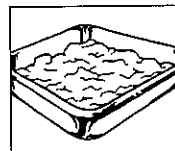
HOHE UND FLACHE GEFÄSSE

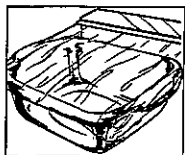
Beide Gefäße haben das gleiche Fassungsvermögen, aber in der

hohen Form ist die Garzeit länger als in der flachen. Bevorzugen Sie deshalb möglichst flache Gefäße mit großer Oberfläche. Hohe Gefäße nur für Gerichte verwenden, bei denen die Gefahr des Überkochens besteht, z.B. für Nudeln, Reis, Milch etc.

RUNDE UND OVALE GEFÄSSE

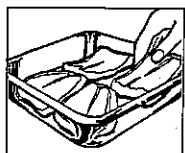
In runden und ovalen Formen garen Speisen gleichmäßiger als in eckigen, da sich in Ecken Mikrowellenenergie konzentriert und die Speise an diesen Stellen übergaren könnte.



**ABDECKEN**

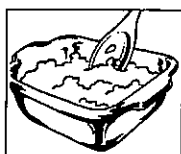
Durch Abdecken bleibt die Feuchtigkeit im Lebensmittel erhalten und die Garzeit verkürzt sich. Zum Abdecken einen Deckel, Mikrowellenfolie oder

eine Abdeckhaube verwenden. Speisen, die eine Kruste erhalten sollen, z.B. Braten oder Hähnchen, nicht abdecken. Es gilt die Regel, was im konventionellen Herd abgedeckt wird, sollte auch im Mikrowellengerät abgedeckt werden. Was im Herd offen gegart wird, kann auch im Mikrowellengerät offen gegart werden.

UNREGELMÄSSIGE TEILE

mit der dickeren bzw. kompakten Seite nach außen platzieren. Gemüse (z.B. Broccoli) mit den Stielen nach außen legen.

Dickere Teile benötigen eine längere Garzeit und erhalten an den Außenseiten mehr Mikrowellenenergie, so daß die Lebensmittel gleichmäßig garen.

UMRÜHREN

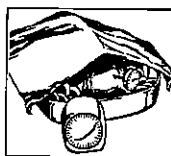
Das Umrühren der Speisen ist notwendig, da die Mikrowellen zuerst die äußeren Bereiche erhitzen. Dadurch wird die Temperatur ausgeglichen und die Speise gleichmäßig erhitzt.

ANORDNUNG

Mehrere Einzelportionen, z.B. Puddingförmchen, Tassen oder Pellkartoffeln, ringförmig auf dem Drehteller anordnen. Zwischen den Portionen Platz lassen, so daß die Mikrowellenenergie von allen Seiten eindringen kann.

WENDEN

Mittelgroße Teile, wie Hamburger und Steaks, während des Garvorgangs einmal wenden, um die Garzeit zu verkürzen. Große Teile, wie Braten und Hähnchen, müssen gewendet werden, da die nach oben gerichtete Seite mehr Mikrowellenenergie erhält und austrocknen könnte, falls nicht gewendet wird.

STANDZEIT

Die Einhaltung der Standzeit ist eine der wichtigsten Mikrowellen-Regeln. Fast alle Speisen, die in der Mikrowelle aufgetaut, erhitzt oder gegart werden, benötigen eine kurze oder längere Standzeit, in der ein Temperatenausgleich stattfindet und sich die Flüssigkeit in der Speise gleichmäßig verteilen kann.



- Fertiggerichte in Aluminiumbehältern sollten herausgenommen und auf einem Teller oder in einer Schüssel erhitzt werden.
- Speisen mit Mikrowellenfolie, Teller oder Abdeckhaube (im Handel erhältlich) abdecken, damit die Oberfläche nicht austrocknet. Getränke müssen nicht abgedeckt werden.
- Bei fest verschlossenen Gefäßen die Deckel entfernen.
- Beim Kochen von Flüssigkeiten wie Wasser, Kaffee, Tee oder Milch, einen Glasstab in das Gefäß stellen.
- Größere Mengen, wenn möglich, zwischendurch umrühren, so daß sich die

Temperatur gleichmäßig verteilt.

- Die Zeiten sind für Lebensmittel bei einer Zimmertemperatur von 20°C angegeben. Bei kühl-schranktemperierten Lebensmitteln erhöht sich die Erhitzungszeit geringfügig.
- Lassen Sie die Speisen nach dem Erhitzen 1-2 Minuten stehen, so daß sich die Temperatur gleichmäßig innerhalb der Speise verteilt (Standzeit).
- Die angegebenen Zeiten sind Richtwerte, die je nach Ausgangstemperatur, Gewicht, Wassergehalt, Fettgehalt und gewünschtem Endzustand etc. variieren können.

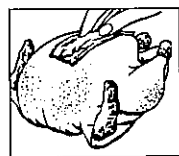
Die Mikrowelle ist ideal zum Auftauen von Lebensmitteln. Die Auftauzeiten sind in der Regel erheblich kürzer als beim Auftauen auf herkömmliche Weise. Nachfolgend einige Tips.

Nehmen Sie das Gefriergut aus der Verpackung und legen Sie es zum Auftauen auf einen Teller.

VERPACKUNGEN UND BEHÄLTER

Gut geeignet zum Auftauen und Erhitzen von Speisen sind mikrowellengeeignete Verpackungen und Behälter, die sowohl tiefkühlgeeignet (bis ca. -40°C) als auch hitzebeständig (bis ca. 220°C) sind. So können Sie im gleichen Geschirr auftauen, erhitzen und sogar garen, ohne die Speise zwischendurch umfüllen zu müssen.

ABDECKEN



Dünnere Teile vor dem Auftauen mit kleinen Aluminiumstreifen abdecken. Angetaute oder warme Teile während des Auftauens ebenfalls mit Aluminiumstreifen abdecken.

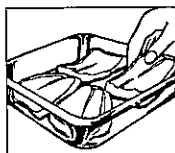
Dies verhindert, daß dünnere Teile bereits zu heiß werden, während dickere Teile noch gefroren sind.

DIE MIKROWELLENLEISTUNG...

eher niedriger als zu hoch wählen. So erzielen Sie ein gleichmäßiges Auftauergebnis. Ist die Mikrowellenleistung zu hoch, gart die Speisenoberfläche bereits an, während das Innere noch gefroren ist.

WENDEN/UMRÜHREN

Fast alle Lebensmittel müssen zwischendurch einmal



gewendet oder umgerührt werden. Teile, die aneinanderhaften, so bald wie möglich voneinander trennen und umordnen.

KLEINERE MENGEN...

tauen gleichmäßiger und schneller auf als große. Wir empfehlen deshalb, möglichst kleine Portionen einzufrieren. So können Sie sich schnell und einfach ganze Menüs zusammenstellen.

EMPFINDLICHE LEBENSMITTEL,

wie Torte, Sahne, Käse und Brot, nicht vollständig auftauen, sondern nur antauen und bei Raumtemperatur fertig auftauen. Dadurch wird vermieden, daß die äußeren Bereiche bereits zu heiß werden, während die inneren noch gefroren sind.

DIE STANDZEIT...

nach dem Auftauen von Lebensmitteln ist besonders wichtig, da der Auftauvorgang während dieser Zeit fortgesetzt wird. In der Auftautabelle finden Sie die Standzeiten für verschiedene Lebensmittel. Dicke, kompakte Lebensmittel benötigen eine längere Standzeit als flache oder Lebensmittel mit poröser Struktur. Sollte das Lebensmittel nicht ausreichend aufgetaut sein, können Sie es weiter im Mikrowellengerät auftauen oder die Standzeit entsprechend verlängern. Die Lebensmittel nach der Standzeit möglichst sofort weiterverarbeiten und nicht wieder einfrieren.





GAREN VON FRISCHEM GEMÜSE

- Achten Sie beim Kauf von Gemüse darauf, daß die Stücke möglichst gleichmäßig sind. Dies ist vor allem dann wichtig, wenn Sie das Gemüse im Stück garen möchten (z.B. Pellkartoffeln).
- Gemüse vor der Zubereitung waschen, putzen und dann erst die erforderliche Menge für das Rezept abwiegen und zerkleinern.
- Würzen Sie wie gewohnt, aber salzen Sie in der Regel erst nach dem Garen.
- Pro 500g Gemüse ca. 5 EL Wasser zugeben. Faserreiches Gemüse benötigt etwas mehr Wasserzugabe. Angaben hierzu finden Sie in der Tabelle (Siehe Seite 41).
- Gemüse wird in der Regel in einer Schüssel mit

Deckel gegart. Flüssigkeitsreiche Gemüsesorten, wie z.B. Gemüsezwiebeln oder Pellkartoffeln, können ohne Wasserzugabe in Mikrowellenfolie gegart werden.

- Gemüse nach der Hälfte der Garzeit umrühren oder wenden.
- Nach dem Garen das Gemüse ca. 2 Minuten stehenlassen, damit sich die Temperatur gleichmäßig verteilt (Standzeit).
- Die angegebenen Garzeiten sind Richtwerte und hängen vom Gewicht, der Ausgangstemperatur und der Beschaffenheit der Gemüsesorte ab. Je frischer das Gemüse ist, desto kürzer sind die Garzeiten.



GAREN VON FLEISCH, FISCH UND GEFÜGEL

- Achten Sie beim Einkauf darauf, daß die Stücke möglichst gleichmäßig sind. So erhalten Sie ein gutes Garergebnis.
- Fleisch, Fisch und Geflügel vor der Zubereitung gründlich unter fließend kaltem Wasser abwaschen und mit Küchenpapier trockentupfen. Danach wie gewohnt weiterverarbeiten.
- Rindfleisch sollte gut abgehangen und sehnearm sein.
- Trotz gleicher Größe der Stücke kann das Garergebnis unterschiedlich ausfallen. Dies liegt u.a. an der Art des Lebensmittels, am

unterschiedlichen Fett- und Flüssigkeitsgehalt als auch an der Temperatur vor dem Garen.

- Größere Fleisch-, Fisch- und Geflügelstücke nach der halben Garzeit wenden, so daß sie von allen Seiten gleichmäßig gegart werden.
- Decken Sie Braten nach dem Garen mit Aluminiumfolie ab und lassen ihn ca. 10 Minuten ruhen (Standzeit). Während dieser Zeit gart der Braten nach, und die Flüssigkeit verteilt sich gleichmäßig, so daß beim Anschneiden weniger Fleischsaft verlorengeht.



AUFTAUEN UND GAREN

Tiefkühl-Gerichte können in der Mikrowelle in einem Arbeitsgang aufgetaut und gleichzeitig gegart werden. In der Tabelle finden Sie hierzu einige Beispiele (Siehe Seite 43). Beachten Sie außerdem die allgemeinen Hinweise zu "Erhitzen" und "Auftauern" von Lebensmitteln.

Für die Zubereitung von handelsüblichen Tiefkühl-Fertiggerichten richten Sie sich bitte nach den Herstellerangaben auf der Verpackung. In der Regel werden genaue Garzeiten und Hinweise für die Zubereitung im Mikrowellengerät gegeben.

MIKROWELLENLEISTUNG

Ihr Mikrowellengerät hat 900 W und 5 Leistungsstufen. Zur Wahl der Mikrowellenleistung sollten Sie sich an den Angaben in diesem Kochbuch orientieren. Generell gelten folgende Empfehlungen:

100% Leistung = 900 Watt

wird zum schnellen Garen oder Erhitzen benutzt, z.B. für Tellergerichte, heiße Getränke, Gemüse, Fisch etc.

70% Leistung = 630 Watt

Für längere Garvorgänge von kompakten Speisen, wie z.B. Braten, oder empfindliche Speisen, wie z.B. Käsesaucen, die Mikrowellenleistung reduzieren. Bei niedriger Leistung kochen die Speisen nicht über und Fleisch gart gleichmäßig, ohne an den Seiten zu übergaren.

50% Leistung = 450 Watt

Für kompakte Speisen, die auf herkömmliche Weise eine lange Garzeit benötigen, z.B. Rindfleischgerichte, empfiehlt es sich, die Leistung zu reduzieren und die Garzeit etwas zu verlängern.

So wird das Fleisch zarter.

30% Leistung = 270 Watt

Zum Auftauen eine niedrige Leistungsstufe wählen. Das gewährleistet, daß die Speise gleichmäßig auftaut. Diese Stufe ist außerdem ideal zum Garziehen von Reis, Nudeln und Klößen.

10% Leistung = 90 Watt

Zum schonenden Auftauen, z.B. von Sahnetorten, sollten Sie die niedrigste Leistungsstufe wählen.

BENUTZUNG DER GRILLFUNKTIONEN

Symbol Erklärung

Grill oben (1 x)

Vielseitig einzusetzen zum Überbacken und Grillen von Fleisch, Geflügel und Fisch.

Grill unten (2 x)

Diese Betriebsart kann eingesetzt werden um Lebensmittel von unten zu bräunen.

Grillbetrieb oben und unten ()

Gleichzeitiger Betrieb von dem Grill oben und unten. Besonders gut eignet sich diese Kombination z.B. für überbackene Toasts, Quiches und Frikadellen.

Kombibetrieb-1 Mikrowelle und Grill oben (1 x)

Kombibetrieb-2 Mikrowelle und Grill unten (2 x)

In dieser Betriebsart können verschiedene Mikrowellen-Leistungsstufen mit dem Grill oben oder dem Grill unten kombiniert werden.

VERWENDETE ABKÜRZUNGEN

EL = Eßlöffel

TL = Teelöffel

Pr = Prise

Ta = Tasse

Min = Minuten

MWG = Mikrowellengerät

kg = Kilogramm

g = Gramm

l = Liter

ml = Milliliter

cm = Zentimeter

Durchm = Durchmesser

Pck = Päckchen

MW = Mikrowellen

Sec = Sekunden

TK = Tiefkühlprodukt

Msp = Messerspitze

F.i.Tr. = Fett in der Trockenmasse



ABWANDLUNG VON KONVENTIONELLEN REZEPTEN

Wenn Sie Ihre altbewährten Rezepte auf die Mikrowelle abwandeln wollen, sollten Sie folgendes beachten:

Die Garzeiten um ein Drittel bis zur Hälfte verkürzen. Orientieren Sie sich an den Rezepten in diesem Kochbuch.

Flüssigkeitsreiche Lebensmittel wie Fleisch, Fisch, Geflügel, Gemüse, Obst, Eintöpfe und Suppen können problemlos in der Mikrowelle zubereitet werden. Bei flüssigkeitsarmen Lebensmitteln, wie Tellergerichte, sollte die Oberfläche vor dem Erhitzen oder Garen angefeuchtet werden.

Die Flüssigkeitszugabe bei rohen Lebensmitteln, die gedünstet werden, auf etwa zwei Drittel der Menge im Originalrezept reduzieren. Falls notwendig, während des Garens Flüssigkeit zugeben.

Die Fettzugabe kann erheblich reduziert werden. Eine kleine Menge Butter, Margarine oder Öl ist ausreichend, um der Speise Geschmack zu geben. Deshalb ist die Mikrowelle hervorragend zur Zubereitung fettarmer Speisen im Rahmen einer Diät geeignet.

DER UMGANG MIT DEN REZEPTEN

- Alle Rezepte in diesem Kochbuch sind - wenn nicht anders angegeben - für 4 Portionen berechnet.
- Empfehlungen für das geeignete Geschirr und die Gesamtgarzeit finden Sie jeweils am Anfang der Rezepte.
- Es wird in der Regel von verzehrfertigen Mengen ausgegangen, außer wenn speziell etwas anderes angegeben ist.
- Die in den Rezepten angegebenen Eier haben ein Gewicht von ca. 55g (Gewichtsklasse M).

FÜR DEN KOMBIBETRIEB

Im allgemeinen gelten die gleichen Regeln wie für den Mikrowellenbetrieb. Zusätzlich sollten Sie folgende Hinweise beachten:

1. Die Mikrowellenleistung sollte auf die Art des Lebensmittels und die Garzeit abgestimmt werden. Richten Sie sich nach den Rezepten in diesem Kochbuchteil.
2. Wenn Sie Speisen im Kombibetrieb Mikrowelle-Grill zubereiten, sollten Sie folgendes beachten: Für große, dicke Lebensmittel, wie z.B. Schweinebraten, ist die Mikrowellenzeit entsprechend länger als für kleine, flache Lebensmittel. Beim Grill verhält es sich jedoch umgekehrt. Je näher das Lebensmittel an den Grill gelangt, desto schneller wird es braun. Das heißt, wenn Sie große Bratenstücke im Kombibetrieb zubereiten, ist die Grillzeit gegebenenfalls kürzer als für kleinere Bratenstücke.
3. Für das Grillen benutzen Sie den hohen Rost, um eine schnelle und gleichmäßige Bräunung zu erzielen (Ausnahme: große, dicke Lebensmittel und Aufläufe werden auch auf dem niedrigen Rost gegrillt.)



TABELLE : ERHITZEN VON GETRÄNKEN UND SPEISEN

Getränk/Speise	Menge -g/ml-	Leistung -Stufe-	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise
Kaffee, 1 Tasse	150	100%	ca. 1	nicht abdecken
Milch, 1 Tasse*	150	100%	ca. 1	nicht abdecken
Wasser, 1 Tasse	150	100%	ca. 2	nicht abdecken, zum Kochen bringen
6 Tassen	900	100%	8-10	nicht abdecken, zum Kochen bringen
1 Schüssel	1000	100%	9-11	abdecken, zum Kochen bringen
Tellergericht (Gemüse, Fleisch und Beilagen)	500	100%	3-4	Sauce mit Wasser beträufeln, abdecken, zwischendurch umrühren
Eintopf	200	100%	1 1/2 - 2	abdecken, nach dem Erhitzen umrühren
Suppe, klar	200	100%	1-1 1/2	abdecken, nach dem Erhitzen umrühren
Crèmesuppe	200	100%	1 1/2-2 1/2	abdecken, nach dem Erhitzen umrühren
Gemüse	200	100%	2-3	eventuell etwas Wasser zugeben, abdecken,
	500	100%	3-5	nach der halben Erhitzungszeit umrühren
Beilagen	200	100%	2-3	mit etwas Wasser beträufeln, abdecken,
	500	100%	4-5	zwischendurch umrühren
Fleisch, 1 Scheibe*	200	100%	ca. 3	mit etwas Sauce beträufeln, abdecken
Fischfilet*	200	100%	ca. 2	abdecken
Würstchen, 2 Stück	180	100%	1-1 1/2	die Haut mehrmals einstechen
Kuchen, 1 Stück	150	50%	1/2-1	auf ein Kuchengitter legen
Babynahrung, 1 Glas	190	50%	1/2-1	Deckel entfernen, nach dem Erhitzen gut umrühren und die Temperatur prüfen
Margarine oder Butter schmelzen*	50	100%	ca. 1	
Schokolade schmelzen	100	50%	3-4	zwischendurch umrühren
6 Blatt Gelatine auflösen	10	50%	ca. 1/2	in Wasser einweichen, gut ausdrücken und in eine Suppentasse geben; zwischendurch umrühren
Tortenguß für 1/4 1 Flüssigkeit	10	50%	4-6	mit Zucker und 250ml Flüssigkeit anrühren, abdecken, zwischendurch und nach dem Erhitzen gut umrühren

*ab Kühlschranktemperatur

TABELLE : GAREN VON FRISCHEM GEMÜSE

Gemüse	Menge -g-	Leistung -Stufe-	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise	Wasserzugabe -EL/ml-
Artischocken	300	100%	5-7	den Stiel entfernen, abdecken	3-4 EL
Blattspinat	300	100%	4-5	nach dem Waschen gut abtropfen lassen, abdecken, zwischendurch ein-bis zweimal umrühren	-
Blumenkohl	800	100%	12-15	1 ganzer Kopf, abdecken	5-6 EL
	500	100%	6-8	in Röschen teilen, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Brokkoli	500	100%	6-8	in Röschen teilen, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Champignons	500	100%	6-8	ganze Köpfe, abdecken, zwischendurch umrühren	-
Chinakohl	300	100%	5-7	in Streifen schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Erbsen	500	100%	6-8	abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Fenchel	500	100%	6-8	in Viertel schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Gemüsezwiebel	250	100%	4-5	ganz, in Mikrowellenfolie garen	-
Kohlrabi	500	100%	7-9	in Würfel schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	50 ml
Möhren	500	100%	9-11	in Scheiben schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Paprikaschote	500	100%	6-8	in Würfel schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Pellkartoffeln	500	100%	6-8	abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Porree/Lauch	500	100%	7-9	in Ringe schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL
Rotkohl	500	100%	15-17	in Streifen schneiden, abdecken, zwischendurch ein -bis zweimal umrühren	50 ml
Rosenkohl	500	100%	7-9	ganze Köpfe, abdecken, zwischendurch umrühren	50 ml
Salzkartoffeln	500	100%	7-9	in gleich große Stücke schneiden, etwas salzen, abdecken, zwischendurch umrühren	150 ml
Sellerie	500	100%	7-9	in feine Würfel schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	50 ml
Weißkohl	500	100%	15-17	in Streifen schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	50 ml
Zucchini	500	100%	6-8	in Scheiben schneiden, abdecken, zwischendurch umrühren	4-5 EL



TABELLE

TABELLE : GAREN VON FLEISCH, FISCH UND GEFLÜGEL

Fleisch, Fisch und Geflügel	Menge -g-	Ein- stellung	Leistung -Stufe-	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise	Standzeit -min-
Braten (Schwein, Kalb, Lamm)	500		50%	4-6	Nach Geschmack würzen, auf den niedrigen Rost legen nach (*) wenden.	10
			50%	5-7(*)		
			50%	4-6		
			50%	4-5		
	1000		50%	14-16		10
			50%	4-6(*)		
			50%	12-14		
			50%	3-5		
	1500		50%	25-27		10
			50%	4-6(*)		
			50%	25-27		
			50%	3-5		
Roastbeef (medium)	1000		70%	5-8	Nach Geschmack würzen, mit der fetten Seite nach unten auf den niedrigen Rost legen, nach (*) wenden.	10
			70%	7-10(*)		
			70%	2-5		
	1500		70%	12-14		10
			70%	12-14(*)		
			70%	4-5		
Hackbraten	1000		70%	20-23	Hackfleischteig (halb Schwein/halb Rind) zubereiten, in eine Auflaufform legen und auf dem niedrigen Rost garen.	10
			70%	6-9		
Hähnchen	1200		100%	9-11	Nach Geschmack würzen, mit der Brustseite nach unten auf den niedrigen Rost legen, nach (*) wenden.	
			70%	5-7(*)		
			100%	9-11		
Hähnchenschenkel	200		70%	3-5		
			30%	5-7(*)		
			30%	4-5		
Forelle	250		10%	6-8(*)	Waschen, mit Zitronensaft beträufeln, von innen und außen salzen, auf den hohen Rost legen, nach (*) wenden	2
			10%	3-5		

TABELLEN: GRILLEN UND GRATINIEREN VON FLEISCH, AUFLÄUFEN UND KÄSETOASTS














Gericht	Menge -g-	Ein- stellung	Leistung -Stufe-	Zeit -Min-	Verfahrenshinweise
Rumpsteaks	400			10-11 (*)	Auf den hohen Rost legen, nach (*) wenden, nach dem Grillen würzen.
2 Stück, medium				5-7	
Filesteaks,	200			10-11 (*)	Auf den hohen Rost legen, nach (*) wenden, nach dem Grillen würzen.
2 Stück, medium				6-7	
Lammkoteletts	300			13-14 (*)	Auf den hohen Rost legen, nach (*) wenden, nach dem Grillen würzen.
2 Stück, rosa				9-10	
Grillwürste	400			9-11 (*)	Auf den hohen Rost legen, nach (*) wenden.
5 Stück				6-7	
Gratinieren von Aufläufen u.a.				8-10	Auflaufform auf den niedrigen Rost stellen.
Käsetoast	1 Stück		50%	1/2	Toastbrot toasten, mit Butter bestreichen, mit einer Scheibe gekochten Schinken, einer Scheibe Ananas und einer Scheibe Schmelzkäse belegen, auf dem hohen Rost grillen. Vor dem Grillen in der Mitte einstechen.
				5-6	
	4 Stück		50%	1/2	
				5-6	

TABELLE : AUFTAUEN

Lebensmittel	Menge -g-	Leistung -Stufe-	Auftauzeit -Min-	Verfahrenshinweise	Standzeit -Min-
Gulasch	500	30%	8-9	nach der halben Auftauzeit trennen/umrühren	10-15
Schinken oder Wurst im Stück	200	30%	2-3	nur antauen	5
Aufschnitt	200	30%	2-4	nach je 1 Min. die äußeren Scheiben abnehmen	5
Würstchen, 8 Stück	600	30%	6-8	nebeneinander legen, nach der halben	5-10
4 Stück	300	30%	3-5	Auftauzeit wenden	5-10
Hähnchenbrust	450	30%	7-9	nach der halben Auftauzeit wenden	30-90
Fisch im Stück	800	30%	12-13	nach der halben Auftauzeit wenden	10-15
Fischfilet	400	30%	5-7	nach der halben Auftauzeit wenden	5-10
Krabben	300	30%	6-8	nach der halben Auftauzeit wenden und aufgetaute Teile wegnehmen	30
Brötchen, 2 Stück	80	30%	1-1 1/2	nur antauen	-
Toastbrotscheiben	250	30%	ca. 2	Scheiben nebeneinander legen, nur antauen	5
Weißbrot, ganz	500	30%	3-5	nach der halben Auftauzeit wenden, Eiskern bleibt	30
Vollkornbrot, in Scheiben	250	30%	2-3	Scheiben nebeneinander legen, nur antauen	5
Mischbrot, ganz	1000	30%	8-10	nach der halben Auftauzeit wenden, Eiskern bleibt	30
Kuchen, 1 Stück	150	30%	1-3	auf ein Kuchengitter legen	5
Obstkuchen, 1 Stück	150	30%	2-3	auf ein Kuchengitter legen	10
Sahnetorte, 1 Stück		30%	ca. 1	auf ein Kuchengitter legen	-
Torte ganz, Ø 28cm		30%	9-11	auf ein Kuchengitter legen	60
Butter	250	30%	1-3	nur antauen	5
Sahne	200	30%	2+2	den Deckel entfernen; nach 2 Min Auftauzeit in eine Schüssel geben und weiter auftauen lassen	5-10
Käse in Scheiben	200	30%	1-2	nur antauen	10
Obst wie Erdbeeren	250	30%	3-5	gleichmäßig nebeneinander legen	5
Himbeeren, Kirschen, Pflaumen				nach der halben Auftauzeit wenden	

Zum Auftauen von Geflügel, Hähnchenschenkeln, Koteletts, Steaks und Bratenfleisch bitte die Automatikprogramme zum Auftauen  benutzen.

TABELLE : AUFTAUEN UND GAREN

Lebensmittel	Menge -g-	Ein- stellung	Leistung -Stufe-	Garzeit -Min-	Verfahrenshinweise	
Fischfilet	400		100%	9-11	-	abdecken 1-2
Forelle, 1 Stück	250		100%	6-8	-	abdecken 1-2
Tellergericht	400		100%	8-10	-	abdecken, nach ca. 6 Minuten umrühren 2
Blattspinat	300		100%	7-10	-	abdecken, ein-bis zweimal zwischendurch umrühren 2
Brokkoli	300		100%	6-8	3-5EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren 2
Erbsen	300		100%	6-8	3-5EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren 2
Kohlrabi	300		100%	7-8	3-5EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren 2
Mischgemüse	500		100%	9-11	3-5EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren 2
Rosenkohl	300		100%	6-8	3-5EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren 2
Rotkohl	450		100%	10-12	3-5EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren 2
Grünkohl	600		100%	13-15	3-5EL	abdecken, nach der halben Zeit umrühren 2
Taco, 4 Stück	320		100%	ca. 6		im Ständer auf den Drehteller stellen
Tostada, 1 Stück	100		100%	ca. 3		aus der Packung nehmen und auf den Drehteller legen



Frankreich

ZWIEBELSUPPE

Soupe à l'oignon et au fromage

Gesamtgarzeit: ca 14 - 17 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

4 Suppentassen (à 200 ml)

Zutaten

- 1 EL Butter oder Margarine
- 2 Zwiebeln (100g), in Scheiben
- 800 ml Fleischbrühe
- Salz, Pfeffer
- 2 Toastscheiben
- 4 EL geriebener Käse (40 g)

Schweden

KREBSSUPPE

Kräftsoppa

Gesamtgarzeit: ca. 11-15 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

- 1 Zwiebel (50 g), fein gehackt
- 50g Möhren, in Scheiben
- 3EL Butter oder Margarine (30 g)
- 500ml Fleischbrühe
- 100ml Weißwein & 100ml Madeira
- 200g Krebsfleisch aus der Dose
- 1/2 Lorbeerblatt
- 3 weiße Pfefferkörner
- Thymian
- 3EL Mehl (30 g)
- 100ml Sahne

Schweiz

BÜNDNER GERSTENSUPPE

Gesamtgarzeit: ca. 27-34 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (3 l Inhalt)

Zutaten

- 2EL Butter oder Margarine (20 g)
- 1 Zwiebel (50 g), fein gehackt
- 1-2 Möhren (130 g), in Scheiben
- 15g Sellerie, gewürfelt
- 1 Porree (130 g), in Ringen
- 3 Weißkohlblätter (100 g), in Streifen
- 200g Kalbsknochen
- 50g durchwachsener Schinkenspeck, in Streifen
- Pfeffer
- 50g Gerstenkörner
- 700ml Fleischbrühe
- 4 Wiener Würstchen (300 g)

1. Die Butter in der Schüssel verteilen. Die Zwiebelscheiben, die Fleischbrühe und die Gewürze dazugeben und abgedeckt garen.

9-11 Min. 100%

2. Die Toastscheiben tosten, in Würfel schneiden und auf die Suppentassen verteilen. Die Suppe darübergießen und mit dem Käse bestreuen.
3. Die Tassen auf den hohen Rost stellen und die Suppe gratinieren.

5-6 Min. 100%

1. Das Gemüse mit dem Fett (2EL) in die Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.

2-3 Min. 100%

2. Die Fleischbrühe, den Wein, den Madeira sowie das Krebsfleisch und die Gewürze zum Gemüse geben. Abdecken und garen.

7-9 Min. 50%

3. Das Lorbeerblatt und die Pfefferkörner aus der Suppe nehmen. Das Mehl mit wenig kaltem Wasser anrühren und zur Suppe geben. Die Sahne zufügen, verrühren und nochmals erhitzen.

2-3 Min. 100%

4. Die Suppe umrühren und ca. 5 Minuten stehen lassen. Kurz vor dem Servieren die Butter (1EL) zugeben.

1. Die Butter und die Zwiebelwürfel in die Schüssel geben und abgedeckt dünsten.

ca. 1-2 Min. 100%

2. Das Gemüse in die Schüssel geben. Die Knochen, die Schinkenspeckstreifen und die Gerste zugeben und mit Fleischbrühe auffüllen. Mit Pfeffer würzen und abgedeckt garen.

1. 9-11 Min. 100%

2. 17-21 Min. 50%

3. Die Würstchen kleinschneiden und die letzten 5 Minuten darin erhitzen.
4. Die Suppe nach dem Garen ca. 5 Minuten stehen lassen. Die Knochen vor dem Servieren aus der Suppe nehmen.

Spanien

CHAMPIGNONS MIT ROSMARIN

Champiñones rellenos al romero


Gesamtgarzeit: ca. 10-17 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)
Flache runde Schüssel mit Deckel
(Durchm. ca. 22 cm)





Zutaten

8 große Champignons (ca. 225g), ganz
2 EL Butter oder Margarine (20 g)
1 Zwiebel (50 g), fein gehackt
50 g Schinken, fein gewürfelt
schwarzer Pfeffer, gemahlen,
Rosmarin, gekerbelt
125 ml Weißwein, trocken
125 ml Sahne
2 EL Mehl (20 g)

1. Die Stiele aus den Champignons herausschneiden und die Stiele kleinschneiden.
2. Die Butter in die Schüssel geben und auf dem Boden verstreichen. Die Zwiebel und Schinkenwürfel und die Champignonstiele zufügen, mit Pfeffer und Rosmarin würzen, abdecken und garen.

3-5 Min.  100%

Abkühlen lassen.

3. In der zweiten Schüssel 100 ml Wein und die Sahne abgedeckt erhitzen.
1-3 Min.  100%
4. Mit dem restlichen Wein das Mehl anrühren, in die heiße Flüssigkeit einrühren und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.
ca. 1 Min.  100%
5. Die Champignons mit der Schinkenmischung füllen, in die Sauce setzen und auf dem hohen Rost gratinieren.
6-8 Min.  +  30%
Die Champignons nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen.

Spanien

GEFÜLLTER SCHINKEN





Jamón relleno

Gesamtgarzeit: ca. 13-18 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Flache ovale Auflaufform
(ca. 26 cm lang)

Zutaten

150g Blattspinat, entstielt
150g Speisequark, 20% F.i.Tr.
50g geriebener Emmentaler Käse
Pfeffer
Paprika, edelsüß
8 Scheiben gekochter Schinken (400 g)
125ml Wasser
125ml Sahne
2 EL Mehl (20 g)
2 EL Butter oder Margarine (20 g)
1 TL Butter oder Margarine zum Einfetten der Form

1. Den Spinat fein schneiden, mit dem Quark und dem Käse verrühren und nach Geschmack würzen.
2. Auf jede Scheibe des gekochten Schinkens einen Eßlöffel der Füllung geben und aufrollen. Mit einem Holzspieß den Schinken feststecken.
3. Eine Béchamelsauce herstellen. Dafür die Flüssigkeit in die Schüssel geben, abdecken und erhitzen.
2-4 Min.  100%
Die Butter mit dem Mehl verkneten, in die Flüssigkeit geben und mit dem Schneebesen glatrühren, bis sie sich gelöst hat. Abdecken, aufkochen und binden lassen.
1-2 Min.  100%
Umrühren und abschmecken.
4. Die Sauce in die gefettete Auflaufform geben, die Röllchen hineinsetzen und auf dem Drehteller garen.
10-12 Min.  +  70%
Die Schinkenröllchen nach dem Garen ca. 5 Minuten stehen lassen.

Tip:

Sie können auch fertige Béchamelsauce aus dem Handel verwenden.



Deutschland

PIKANTE PUTENPFANNE (für 2 Portionen)

Gesamtgarzeit: ca. 20-25 Minuten

Geschirr: Flache ovale Auflaufform mit Deckel (26 cm)

Zutaten

- 1 Tasse Langkornreis, parboiled (120 g)
- 1 Briefchen Safranfäden
- 1 TL Butter oder Margarine zum Einfetten der Form
- 1 Zwiebel (50 g), in Scheiben
- 1 rote Paprikaschote (100 g), in Streifen
- 1 kleine Porreestange (100 g), in Streifen
- 300g Putenbrust, gewürfelt
- Pfeffer & Paprikapulver
- 2 EL Butter oder Margarine (20 g)
- 2 Tassen Fleischbrühe (300 ml)

1. Den Reis mit den Safranfäden mischen und in die gefettete Auflaufform geben. Die Zwiebelscheiben, die Paprika und Porreestreifen und die Putenbrustwürfel mischen und würzen. Auf den Reis schichten. Die Butter in Flöckchen darauf verteilen.
2. Die Fleischbrühe darübergießen, abdecken und garen.
 - 1. **4-6 Min.** 100%
 - 2. **16-19 Min.** 30%
 Die Putenpfanne nach dem Garen ca. 5 Minuten stehen lassen.

Griechenland

AUBERGINEN MIT HACKFLEISCHFÜLLUNG

Melitsánes jemités mé kimá

Gesamtgarzeit: ca. 17-22 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)
Flache ovale Auflaufform mit Deckel
(ca. 30 cm lang)

Zutaten

- 2 Auberginen, ohne Stiele (je ca. 250 g)
- 3 Tomaten (ca. 200 g)
- 1 TL Olivenöl zum Einfetten der Form
- 2 Zwiebeln (100 g), gehackt
- 4 milde grüne Peperoni
- 200g Hackfleisch (Rind oder Lamm)
- 2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 2 El glatte Petersilie, gehackt
- Salz & Pfeffer
- Rosenpaprika
- 60 g griech. Schafskäse, gewürfelt

1. Die Auberginen längs halbieren. Das Fruchtfleisch mit einem Teelöffel so herauslösen, daß ein etwa 1 cm breiter Rand zurückbleibt. Die Auberginen salzen. Das Fruchtfleisch würfeln.
2. Zwei Tomaten häuten, die Stengelansätze ausschneiden und würfeln.
3. Den Boden der Schüssel mit dem Olivenöl einfetten, die Zwiebeln zugeben, abdecken und andünsten.
 - ca. 2 Min.** 100%
4. Die Peperoni entstielen, entkernen und in Ringe schneiden. Ein Drittel für die Garnierung aufheben. Das Hackfleisch mit den Auberginen-Zwiebel- und Tomatenwürfeln, den Peperoniringen, den zerdrückten Knoblauchzehen und der Petersilie mischen und würzen.
5. Die Auberginenhälften trockentupfen. Die Hälfte der Hackfleischmasse einfüllen, den Schafskäse darauf verteilen, dann die restliche Füllung daraufgeben.
6. Die Auberginenhälften in die gefettete Auflaufform setzen, auf den niedrigen Rost stellen und garen.
 - 11-13 Min.** + 70%
 Die Auberginenhälften mit den Peperoniringen und den Tomatenscheiben garnieren und weitergaren.
 - 4-7 Min.** + 70%
 Die Auberginen nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen.

Tip:

Sie können die Auberginen durch Zucchini ersetzen.

Niederlande

HACKSCHÜSSEL

Gehacktschotel

Gesamtgarzeit: ca. 20-23 Minuten


Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

500g	Hackfleisch (halb Schwein, halb Rind)
3	Zwiebeln (150 g), fein gehackt
1	Ei
50g	Semmelbrösel
	Salz & Pfeffer
350ml	Fleischbrühe
70g	Tomatenmark
2	Kartoffeln (200 g), gewürfelt
2	Möhren (200 g), gewürfelt
2EL	Petersilie, gehackt

1. Das Hackfleisch mit den Zwiebelwürfeln, dem Ei und den Semmelbröseln zu einem Teig kneten und mit Salz und Pfeffer würzen. Den Hackfleischteig in die Schüssel geben.
2. Die Fleischbrühe mit dem Tomatenmark mischen.
3. Die Kartoffeln und Möhren mit der Flüssigkeit auf das Hackfleisch geben, miteinander vermengen und abgedeckt garen.

Zwischendurch einmal umrühren.

20-23 Min.  100%

Die Hackschüssel nochmals umrühren, und ca. 5 Minuten stehen lassen. Mit Petersilie bestreut servieren.

Österreich

GEFÜLLTES BRATHÄHNCHEN



Gefülltes Brathendl (2 Portionen)

Gesamtgarzeit: ca. 36-40 Minuten

Geschirr: Schüssel (2 l Inhalt) Zwirnsfaden

Zutaten

1	Hähnchen (1000 g)
	Salz
	Rosmarin, gekerbelt & Majoran, gekerbelt
1	altbackenes Brötchen (Semmel, 40 g)
1	Bund Petersilie, fein gehackt (10 g)
1Pr.	Muskatnuß
5EL	Butter oder Margarine (50 g)
1	Eigelb
1EL	Paprika, edelsüß
1TL	Butter oder Margarine zum Einfetten der Form

1. Das Hähnchen waschen, trockentupfen und innen mit Salz, Rosmarin und Majoran würzen.
2. Für die Füllung das Brötchen ca. 10 Minuten in kaltem Wasser einweichen, danach ausdrücken. Mit Salz, Petersilie, Muskatnuß, Butter (20 g) und Eigelb mischen und das Hähnchen damit füllen. Die Öffnung mit Bindfaden oder Fleischerrollfaden zunähen.
3. Die Butter (30 g) erhitzen.
ca. 1 Min.  100%
Paprika und Salz unter die Butter rühren und das Hähnchen damit bestreichen.
4. Das Hähnchen in der gefetteten Schüssel offen garen. Nach der Hälfte der Garzeit wenden.
35-39 Min.  70%
Das gefüllte Brathähnchen nach dem Garen ca. 3 Minuten stehen lassen.



Schweiz

ZÜRICHGER GESCHNETZELTES

Züricher Geschnetzeltes

Gesamtgarzeit: ca. 9-14 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

- 600g Kalbsfilet
- 1 EL Butter oder Margarine
- 1 Zwiebel (50 g), fein gehackt
- 100ml Weißwein
- gewürzter Saucenbinder, dunkel, für ca. 1/2 l Sauce
- 300ml Sahne
- 1 EL Petersilie, gehackt

1. Das Filet in fingerdicke Streifen schneiden.
2. Die Butter in der Schüssel gleichmäßig verstreichen. Die Zwiebel und das Fleisch in die Schüssel geben und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.
6-9 Min. 100%
3. Den Weißwein, den Saucenbinder und die Sahne zufügen, umrühren und abgedeckt weitergaren. Zwischendurch einmal umrühren.
3-5 Min. 100%
4. Das Geschnetzelte abschmecken, nochmals umrühren und ca. 5 Minuten stehen lassen. Mit der Petersilie garniert servieren.

Italien

KALBSSCHNITZEL MIT MOZZARELLA

Scalope all pizzaiola

Gesamtgarzeit: ca. 24-31 Minuten

Geschirr: Flache, quadratische Auflaufform mit Deckel (ca. 25 cm lang)

Zutaten

- 2 Mozzarella-Käse (à 150 g)
- 500 g geschälte Tomaten, aus der Dose (ohne Flüssigkeit).
- 4 Kalbsschnitzel (600 g)
- 20 ml Olivenöl
- 2 Knoblauchzehen, in Scheiben
- Pfeffer, frisch gemahlen
- 2 EL Kapern (20 g)
- Oregano, Salz

1. Den Mozzarella in Scheiben schneiden. Die Tomaten mit dem Pürierstab eines Handrührgerätes pürieren.
 2. Die Schnitzel waschen, trockentupfen und flachklopfen. Das Öl und die Knoblauchscheiben in der Auflaufform verteilen. Die Schnitzel hineinlegen und das Tomatenpüree darauf verteilen. Mit Pfeffer, Kapern und Oregano bestreuen und abgedeckt auf dem niedrigen Rost garen.
15-19 Min. 70%.
Die Fleischscheiben wenden.
 3. Auf jedes Stück Fleisch einige Scheiben Mozzarella legen, salzen und offen auf dem hohen Rost grillen.
9-12 Min. + 70%
Nach dem Garen ca. 5 Minuten stehen lassen.
- Tip: Dazu können Sie Spaghetti und einen frischen Salat reichen.

Deutschland

BUNTE FLEISCHSPIESSE

Gesamtgarzeit: 17-18 Minuten

Geschirr: Hoher Rost

Vier Holzspieße (ca. 25 cm lang)

Zutaten

- 400 g Schweineschnitzel
- 100 g Schinkenspeck
- 2 Zwiebeln (100 g) geviertelt
- 4 Tomaten (250 g) geviertelt
- 1/2 grüne Paprikaschote (100 g), geachtelt
- 2 EL Öl
- 4 TL Paprika, edelsüß
- Salz
- 1 TL Cayennepfeffer
- 1 TL Worcestersauce

1. Das Schnitzelfleisch und den Schinkenspeck in etwa 2-3 cm große Würfel schneiden.
2. Das Fleisch und das Gemüse abwechselnd auf vier Holzspieße stecken.
3. Das Öl mit den Gewürzen verrühren und die Spieße damit bestreichen. Die Spieße auf den hohen Rost legen und mit dem Automatikprogramm No. 4 garen.

Frankreich

SEEZUNGENFILETS

Filets de sole (für 2 Portionen).

Gesamtgarzeit: ca. 11-13 Minuten

Geschirr: Flache ovale,

Auflaufform mit Deckel (ca. 26 cm lang)

Zutaten

- 400g Seezungenfilets
- 1 Zitrone, unbehandelt
- 2 Tomaten (150 g)
- 1 TL Butter oder Margarine zum Einfetten der Form
- 1 EL Pflanzenöl
- 1 EL Petersilie, gehackt
- Salz & Pfeffer
- 4 EL Weißwein (30 ml)
- 2 EL Butter oder Margarine (20 g)

1. Die Seezungenfilets waschen und trockentupfen. Vorhandene Gräten entfernen.
2. Die Zitrone und die Tomaten in feine Scheiben schneiden.
3. Die Auflaufform mit Butter einfetten. Die Fischfilets hineinlegen und mit dem Pflanzenöl beträufeln.
4. Den Fisch mit der Petersilie bestreuen, darauf die Tomatenscheiben legen und würzen. Auf die Tomaten die Zitronenscheiben legen und mit dem Weißwein angießen.
5. Die Zitronen mit Butterflöckchen belegen, abdecken und garen.
11-13 Min. 70%
Die Fischfilets nach dem Garen ca. 2 Min. stehen lassen.

Tip:

Für dieses Gericht können Sie auch Rotbarsch, Heilbutt, Meeräsche, Scholle oder Kabeljau verwenden.

Italien

WACHTELN IN KÄSE-KRÄUTERSAUCE

Quaglie in salsa vellutata

Gesamtgarzeit: ca. 27-33 Minuten

Geschirr: Zwirnsfaden

Flache runde Auflaufform (Durchm.ca.22 cm)

Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

- 4 Wachteln (600 g)
- Salz & Pfeffer
- 200g durchwachsener Speck, dünne Scheiben
- 1 TL Butter/Margarine zum Einfetten der Form
- 1 EL frische Petersilie
- Rosmarin & Basilikum, fein gehackt & Salbei
- 150ml Portwein
- 250ml Fleischbrühe
- 2 EL Butter oder Margarine (20 g)
- 2 EL Mehl (20 g)
- 50 g geriebener Emmentaler Käse

1. Die Wachteln waschen und sorgfältig trockentupfen. Außen und innen salzen und pfeffern, mit Speckscheiben umwickeln und mit Zwirnsfaden festbinden.
2. Die Auflaufform einfetten, die Wachteln hineinlegen und andünsten. Zwischendurch wenden.
10-12 Min. 100%
3. Die Kräuter fein hacken, über die Wachteln streuen und den Portwein darübergießen. Die Wachteln weitergaren.
13-15 Min. 70%
Die Wachteln aus dem Bratenfond nehmen.
4. Für die Sauce die Fleischbrühe in der Schüssel abgedeckt erhitzen.
2-3 Min. 100%
Die Butter mit dem Mehl verkneten, in die Flüssigkeit rühren, aufkochen lassen und garen. Zwischendurch einmal umrühren.
1-2 Min. 100%
5. Den Käse in die Sauce rühren. Die Käsesauce zum Bratenfond geben, alles gut verrühren, und nochmals erhitzen.
Ca. 1 Min. 100%
6. Die Sauce über die Wachteln gießen und servieren.



Schweiz

FISCHFILET MIT KÄSESAUCE

Gesamtgarzeit: ca. 21-25 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)
Flache ovale Auflaufform
(ca. 25 cm lang)

Zutaten

- 4 Fischfilets (ca. 800 g)
(z.B. Egli, Flunder oder Kabeljau)
- 2 EL Zitronensaft
- Salz
- 1 EL Butter oder Margarine
- 1 Zwiebel (50 g), fein gehackt
- 2 EL Mehl (20 g)
- 100 ml Weißwein
- 1 TL Pflanzenöl zum Einfetten der Form
- 100 g geriebener Emmentaler Käse
- 2 EL gehackte Petersilie

1. Die Filets waschen, trockentupfen und mit Zitronensaft beträufeln. Etwa 15 Min. stehen lassen, nochmals trockentupfen und salzen.
2. Die Butter auf dem Boden der Schüssel verteilen. Die Zwiebelwürfel hineingeben und abgedeckt andünsten.

1-2 Min. 100%

3. Das Mehl über die Zwiebeln streuen und verrühren. Den Weißwein dazugießen und mischen.
4. Die Auflaufform einfetten und die Filets hineinlegen. Die Sauce über die Filets gießen und mit Käse bestreuen. Auf den niedrigen Rost stellen und garen.

1. **6-7 Min.** 50% anschließend

2. **14-16 Min.** + 50%.

Die Fischfilets nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen. Mit gehackter Petersilie garniert servieren.

Deutsch

MANDELFORELLEN

Gesamtgarzeit: ca. 16-19 Minuten

Geschirr: Flache ovale Auflaufform
(ca. 30 cm lang)

Zutaten

- 4 Forellen (à 200 g), küchenfertig
- Saft einer Zitrone
- Salz
- 30 g Butter oder Margarine
- 5 EL Mehl (50 g)
- 1 TL Butter oder Margarine zum Einfetten der Form
- 50 g Mandelblättchen

1. Die Forellen waschen und trockentupfen und mit Zitronensaft beträufeln. Den Fisch innen und außen salzen und 15 Minuten stehen lassen.

2. Die Butter schmelzen.

1 Min. 100%.

3. Den Fisch trockentupfen, mit der Butter bestreichen und im Mehl wälzen.

4. Die Form einfetten, die Forellen hineinlegen und auf dem niedrigen Rost garen. Nach zwei Drittel der Zeit wenden und die Mandeln über die Forellen streuen.

15-18 Min. + 50%.

Nach Ende der Garzeit die Mandelforellen 2 Minuten stehen lassen.

Tip:

Dazu passen Petersilien-Kartoffeln und grüner Salat.

Deutschland

FRIKADELLEN

Gesamtgarzeit: 11-15 Minuten

Zutaten



400 g Hackfleisch (halb Schwein, halb Rind)
4 EL Paniermehl
1 EL Speisestärke
50 ml Milch
50 ml Wasser
1 Ei
50 g Zwiebeln, gehackt
1 TL Senf
Salz, Pfeffer, Paprikapulver

1. Aus den angegebenen Zutaten einen glatten Hackfleischteig zubereiten.

Die Masse 5-10 Minuten stehen lassen.

2. Anschließend ca. 8 gleichgroße Frikadellen formen.

Die Frikadellen auf den Drehteller legen und garen.

7-9 Min.  +  50%.

3. Die Frikadellen wenden.

4-6 Min.  (Grill oben und unten)

Frankreich

CROQUE MONSIEUR

Gesamtgarzeit: ca. 6 Minuten

Zutaten:



2 Scheiben Toast
20 g Butter
1-2 Scheiben Scheiblettenkäse
(je nach Größe des Toasts)
1 Scheibe gek. Schinken
1 EL Crème fraîche
ca.30 g geriebener Käse


1. Die Toastscheiben mit der Butter bestreichen.

2. Den Käse und anschließend den Schinken auf eine Toastscheibe legen. Mit dem Crème fraîche bestreichen.

3. Mit der zweiten Toastscheibe belegen und mit dem geriebenen Käse bestreuen.

Den Croque auf den Drehteller legen und garen.

1. **ca. 2 Min.**  +  30%.

2. **ca. 4 Min.**  (Grill oben und unten)



Frankreich

QUICHE MIT SHRIMPS

Quiche aux crevettes

Gesamtgarzeit: 13-20 Minuten






Geschirr: Schüssel mit Deckel (1 L)

Zutaten

- 100 g Mehl
- 60 g Butter oder Margarine
- 2 EL kaltes Wasser
- 1 EL Butter oder Margarine
- 1 Zwiebel (50 g), fein gehackt
- 75 g Schinkenspeck, fein gewürfelt
- 75 g Shrimps ohne Schale
- 1 Ei
- 50 ml Sauerrahm
- Salz, Pfeffer, Muskatnuß
- 1 EL Petersilie gehackt

1. Mehl, Butter und Wasser verkneten und 30 Minuten kaltstellen.
2. Die Butter in der Schüssel verteilen. Zwiebeln, Schinkenspeck und Shrimps in die Schüssel geben und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.

2-3 Min.  100%

3. Nach dem Abkühlen die Flüssigkeit abgießen. Die Eier mit dem Sauerrahm und den Gewürzen und Kräutern verschlagen.
4. Den Teig zu einem Kreis von ca. 24 cm Durchmesser ausrollen und in die Mitte des Drehtellers legen. Den Teig leicht in die Vertiefung drücken und aus dem überstehenden Teig einen Rand formen.
5. Die Zutaten für den Belag mischen, auf dem Boden verteilen und backen.
 1. **6-8 Min.**  +  30%.
 2. **3-5 Min.**  +  30%.
 3. **2-4 Min.**  (Grill oben und unten)

Deutschland



RÜHREI MIT ZWIEBELN UND SPECK

Gesamtgarzeit: 4-5 Minuten



Zutaten:

- 5-10 g Margarine
- 25 g Zwiebeln, fein gehackt
- 40 g Speck
- 3 Eier
- 3 EL Milch
- Salz, Pfeffer

1. Das Fett, die Zwiebeln und den Speck auf dem Drehteller verteilen und andünsten.

2-3 Min.  +  50%

2. Die Eier mit der Milch und den Gewürzen verschlagen. Die Eiermilch über die Zwiebeln und den Speck geben und stocken lassen.

ca. 2 Min.  +  100%

Das Rührei zwischendurch einmal umrühren.



HAMBURGER

Gesamtgarzeit: 9-13 Minuten


Zutaten

- 400 g Rinderhack
- Salz, Pfeffer

1. Zutaten zu einem glatten Hackfleischteig verkneten. Mit kalten Händen vier gleichgroße, flache Frikadellen formen. Die Frikadellen auf den Drehteller legen und garen.

5-7 Min.  +  50%

2. Die Frikadellen wenden.

4-6 Min.  (Grill oben und unten)

Rußland

RICOTTA PIROGGEN

Tlupozu

Gesamtgarzeit: ca.: 11-17 Minuten





Zutaten:

250 g Mehl
1/2 TL Backpulver
50 g Butter oder Margarine
1/2 TL Salz
1 Ei
90 ml Saure Sahne
40 g Parmesan, gerieben
175 g Ricotta (oder Schichtkäse)
1 kleines Ei
Salz, Pfeffer, aus der Mühle

Zum Bestreichen:

1 Eigelb
1 EL Milch

Hinweis: Die Piroggen sollten frisch und warm gegessen werden.

1. Für den Teig Mehl, Backpulver, Margarine, Salz, Ei und Saure Sahne zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig ca. 1 Stunde kaltstellen.
2. Den Parmesan mit Ricotta und dem Ei verrühren. Mit Salz und Pfeffer pikant würzen.
3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 3 mm dick ausrollen. Kreise von ca. 10cm Durchmesser ausstechen. In die Mitte je einen gehäuften Teelöffel der Füllung setzen.
4. Das Eigelb mit der Milch verquirlen und die Teigländer damit bestreichen. Den Teig zur Hälfte über die Füllung klappen, so daß Halbkreise entstehen. Die Länder mit den Zinken einer Gabel fest zusammendrücken. Die Piroggen mit der restlichen Eiermilch bestreichen.
5. Die Piroggen auf den Drehteller legen und garen.
Ergibt ca. 12-13 Stücke.
1. **5-8 Min.**  +  30%.
2. **6-9 Min.**  +  30%.



Italien

PIZZA ARTISCHOCKEN

Pizza ai carciofi

Gesamtgarzeit: 12-13 Minuten

Geschirr: Drehteller

Zutaten:

- 150 g Mehl
- 4g Trockenhefe
- 1 TL Zucker
- 1TL Salz
- 2 TL Öl
- 90 ml lauwarmes Wasser
- 300 g Tomaten aus der Dose, abgetropft
- 100 g Artischockenherzen
- 1 TL Olivenöl zum Einfetten des Drehtellers
- Basilikum, Oregano, Thymian
- Salz, Pfeffer
- 1 EL Tomatenmark
- 30 g Salami in Scheiben
- 50 g gekochter Schinken
- 10 Oliven
- 100 g geriebener Käse

1. Das Mehl mit der Trockenhefe, dem Zucker und dem Salz (1 1/2 TL) vermengen.

Das Öl und Wasser zufügen und zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Im Mikrowellengerät gehen lassen.

2-3 Min. 10%

Anschließend den Teig weitere 10-15 Minuten zugedeckt ruhen lassen.

2. Die geschälten Tomaten zerdrücken und die Artischockenherzen vierteln.
3. Den Drehteller mit dem Öl einfetten. Den Hefeteig ausrollen und in den Drehteller legen.
4. Das Tomatenmark auf den Teig streichen und mit den Tomaten bedecken.
Nach Geschmack würzen und mit den restlichen Zutaten belegen. Abschließend die Pizza mit den Oliven belegen und dem Käse bestreuen.
5. Mit dem Pizzaprogramm No. 3 garen.

Hinweis: Das Rezept ergibt ca. 0.9 kg.

Frankreich

ZWIEBELKUCHEN

Tarte à l'ionion

Gesamtgarzeit: ca. :29-39 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l)

Zutaten:

- 15 g Hefe
- 185 g Mehl
- 60 ml Öl
- 1TL Salz
- 50 g Margarine oder Butter
- 800 g Gemüsezwiebeln, gehackt
- 3 Eier
- 150 g Crème fraîche
- Salz, Paprikapulver
- frisch gemahlene Muskatnuß
- 50 g durchwachsener Speck
- Majoran oder Thymian

1. Die Hefe zerbröckeln und in 75ml lauwarmen Wasser auflösen. Das Mehl, das Öl, das Salz und aufgelöste Hefe in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig verkneten. Im Mikrowellengerät gehen lassen.

2-3 Min. 10%

Anschließend den Teig 10 - 15 Minuten ruhen lassen.

2. Die Margarine in einer Schüssel verteilen und die Zwiebeln darin glasig dünsten.
Nach der Hälfte der Garzeit umrühren.
- 11-15 Min.** 100%
3. Die Zwiebeln abkühlen lassen und anschließend die Flüssigkeit abgießen. Nach und nach die Eier und die Crème fraîche unterrühren. Mit Salz, Paprika und Muskat würzen.
4. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche auf die Größe des Drehtellers ausrollen.
Den Drehteller einfetten, den Teig hineinlegen und die Ränder hochdrücken.
Nachmals 10 Minuten gehen lassen.
5. Speck in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebelmischung auf dem Teig verteilen. Speckwürfel darübergeben. Mit Majoran oder Thymian bestreuen.

1. **7-10 Min.** + 70%.

2. **9-11 Min.** + 70%.

Deutschland

ZUCCHINI-NUDEL-AUFLAUF

Gesamtgarzeit: ca. 34 - 42 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Auflaufform (ca. 26 cm lang)

Zutaten

500 ml Wasser
1/2 TL Öl
80 g Makkaroni
400 g Tomaten, aus der Dose, zerkleinert
3 Zwiebeln (150 g), fein gehackt
Basilikum, Thymian, Salz, Pfeffer
1 EL Öl zum Einfetten der Form
450 g Zucchini, in Scheiben
150 g Sauerrahm
2 Eier
100 g geriebener Cheddar

1. Das Wasser, das Öl und das Salz in die Schüssel geben und abgedeckt zum Kochen bringen.
3-4 Min. 100%
2. Die Makkaroni in Stücke brechen, zugeben, umrühren und quellen lassen.
9-11 Min. 30%
Die Nudeln abtropfen und abkühlen lassen.
3. Die Tomaten mit den Zwiebeln verrühren und gut würzen. Die Makkaroni hineingeben und mit der Tomatensauce begießen. Die Zucchinischeiben darauf verteilen.
4. Den Sauerrahm mit den Eiern verschlagen und über den Auflauf gießen. Den geriebenen Käse darüberstreuen. Auf dem niedrigen Rost garen.
1. 15-18 Min. 100% anschließend
2. 7-9 Min. + 70%.
Den Auflauf nach dem Garen etwa 5-10 Minuten stehen lassen.

Österreich

SEMMELEKNÖDEL

Gesamtgarzeit: ca. 8-11 Minuten (für 5 Portionen)

Geschirr: Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)
5 Tassen oder Puddingförmchen

Zutaten

2 EL Butter oder Margarine (20 g)
1 Zwiebel (50 g), fein gehackt
ca. 500ml Milch
200g getrocknete Semmelwürfel
(von ca. 5 Semmeln = Brötchen)
3 Eier

1. Die Semmel in kleine Würfel schneiden und mit der Milch begießen.
2. Das Fett auf dem Boden der Schüssel verteilen, die Zwiebelwürfel zugeben, abdecken und dünsten.
1-2 Min. 100%
3. Die Zwiebeln zu den Brotwürfeln geben. Die Eier verschlagen, zugeben und alles gut verrühren, bis ein geschmeidiger Teig entsteht. Bei Bedarf etwas Milch zugeben.
4. Die Teigmasse gleichmäßig in 5 Tassen oder Puddingförmchen verteilen, mit Mikrowellenfolie abdecken, am Drehtellerrand anordnen und garen.
6-8 Min. 100%
Die Knödel nach dem Garen ca. 2 Min. stehen lassen. Vor dem Servieren die Knödel auf einen Teller stürzen.



Italien

LASAGNE AL FORNO

Gesamtgarzeit: ca. 18-25 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Flache, quadratische Auflaufform mit
Deckel (ca. 20x20x6 cm)

Zutaten

- 300g Tomaten aus der Dose
- 50 g Schinken, fein gewürfelt
- 1 Zwiebel (50 g), fein gehackt
- 1 Knoblauchzehe, zerdrückt
- 250g Hackfleisch vom Rind
- 2 EL Tomatenmark (30 g)
- Salz & Pfeffer
- Oregano & Thymian & Basilikum
- 150ml Rahm (Crème fraîche)
- 100ml Milch
- 50g geriebener Parmesankäse
- 1 TL gemischte gehackte Kräuter
- 1 TL Olivenöl
- Salz & Pfeffer
- Mußkatnuß
- 1 TL Pflanzenöl zum Einfetten der Form
- 125 g grüne Plattendnudeln
- 1 EL geriebener Parmesankäse
- 1 EL Butter oder Margarine

1. Die Tomaten in Scheiben schneiden, mit den Schinken- und Zwiebelwürfeln, dem Knoblauch, dem Rinderhack und dem Tomatenmark mischen. Würzen, und abgedeckt dünsten.

5-8 Min. 100%

2. Den Rahm mit der Milch, dem Parmesankäse, den Kräutern und dem Öl verrühren und würzen.
3. Die Auflaufform fetten. Den Boden der Form mit einem Drittel der Nudelplatten auslegen. Die Hälfte der Hackfleischmasse auf die Nudeln geben und mit etwas Sauce begießen. Das zweite Drittel der Nudeln darüberlegen und nacheinander die Hackfleischmasse, etwas Sauce und die restlichen Nudeln obenaufschichten. Zum Abschluß die Nudeln mit viel Sauce bedecken und mit Parmesankäse bestreuen. Butterflöckchen obenaufsetzen und abgedeckt garen.

13-17 Min. 70%

Die Lasagne nach dem Garen etwa 5 bis 10 Minuten ruhen lassen.

Italien

TAGLIATELLE MIT SAHNE UND BASILIKUM

Tagliatelle alla panna e basilico (für 2 Portionen)

Gesamtgarzeit: ca. 16-22 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Runde Souffléform (Durchm. ca. 20 cm)

Zutaten

- 1l Wasser
- 1 TL Salz
- 200g Tagliatelle (Bandnudeln)
- 1 Knoblauchzehe
- 15-20 Basilikumblätter
- 200g Rahm (Crème fraîche)
- 30g geriebener Parmesankäse
- Salz/Pfeffer

1. Das Wasser mit dem Salz in die Schüssel geben, abdecken und zum Kochen bringen.

9-11 Min. 100%

2. Die Nudeln zufügen, nochmals ankochen und garziehen lassen.
 1. **1-2 Min.** 100%
 2. **6-9 Min.** 30%
3. In der Zwischenzeit die Souffléform mit der Knoblauchzehe ausreiben. Die Basilikumblätter kleinschneiden. Etwas zur Garnierung beiseitestellen.
4. Die Nudeln gut abtropfen lassen. Den Rahm unterrühren und die Nudeln mit dem Basilikum bestreuen.
5. Den Parmesankäse, Salz und Pfeffer hinzufügen, in die Souffléform füllen und umrühren. Das Gericht mit Basilikum garnieren und heiß servieren.

Schweiz

TESSINER RISOTTO

Gesamtgarzeit ca. 20-25 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)


Zutaten


- 50g durchwachsener Speck
- 2 EL Butter oder Margarine (20 g)
- 1 Zwiebel (50 g), fein gehackt
- 200g Rundkornreis (Arboris)
- 400ml Fleischbrühe
- 70g Sbrinz, gerieben, (ersatzweise geriebener Emmentaler Käse)
- 1 Prise Safran
- Salz & Pfeffer

1. Den Speck würfeln. Die Butter auf dem Boden der Schüssel verstreichen. Die Zwiebel und Speckwürfel hineingeben und abgedeckt andünsten.

2-3 Min.  100%

2. Den Reis zugeben, mit der Fleischbrühe auffüllen, ankochen und garziehen lassen.

3-5 Min.  100% anschließend

15-17 Min.  30%

Den Reis nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen.

3. Den Käse und den Safran untermischen und abschmecken.

Tip:

Dazu passen geschmorte Pfifferlinge oder Champignons und ein gemischter Salat.

Schweiz

KOHLRABI IN DILLSAUCE (2 Portionen)

Gesamtgarzeit: ca. 10¹/₂-13¹/₂ Minuten

Geschirr: 2 Schüsseln mit Deckel (1 l Inhalt)

Zutaten

- 400g Kohlrabi, in Scheiben (ca. 2 Stück)
- 4-5 EL Wasser
- 2 EL Butter oder Margarine (20 g)
- 150ml Rahm (Crème fraîche)
- Salz, Pfeffer, Muskat & Paprikapulver
- einige Tropfen Zitronensaft
- 1 Bund Dill, fein gehackt

1. Den Kohlrabi mit dem Wasser in die Schüssel geben und abgedeckt garen. Zwischendurch einmal umrühren.

9-12 Min.  100%

Die Flüssigkeit abgießen.

2. Die Butter in der Schüssel verteilen, den Rahm zugeben und offen erhitzen. Nicht kochen lassen!

ca. 1¹/₂ Min.  100%

3. Die Sauce mit Salz, den Gewürzen und dem Zitronensaft abschmecken. Den Dill unterheben, und die Sauce über den Kohlrabi gießen. Den Kohlrabi nach dem Garen ca. 2 Minuten stehen lassen.

Tip:

Der Kohlrabi kann durch Schwarzwurzeln ersetzt werden.

Griechenland

KARTOFFEL-KNOBLAUCH-PASTE

Skordaliá mé patates

Gesamtgarzeit: ca. 8-10 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)

Zutaten

- 400g Pellkartoffeln
- 2-3 EL Wasser
- 2-3 Knoblauchzehen
- 6 EL Olivenöl
- 6 EL Fleischbrühe
- Salz
- Saft von einer Zitrone
- 1 milde Peperoni

1. Die Kartoffeln und das Wasser in die Schüssel geben, abdecken und garen. Zwischendurch einmal umrühren.

8-10 Min.  100%

2. Die Kartoffeln pellen und noch heiß durch eine Kartoffelpresse oder durch ein feines Sieb drücken.

3. Die Knoblauchzehen mit der Knoblauchpresse zerdrücken und zu den Kartoffeln geben.

4. Das Olivenöl, die Fleischbrühe, Salz und Zitronensaft nach Geschmack mit den Kartoffeln verrühren, bis eine geschmeidige Masse entsteht. Eventuell noch etwas Öl oder Fleischbrühe zugeben.

5. Die Paste mit Peperoniringen garniert servieren.



GEMÜSE, NUDELN, REIS UND KNODEL

Österreich

SPINATAUFLAUF

Gesamtgarzeit: ca. 37-42 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Flache ovale Auflaufform (ca. 26 cm lang)

Zutaten

- 2 EL Butter oder Margarine (20 g)
- 1 Zwiebel (50 g), fein gehackt
- 600g Blattspinat, tiefgekühlt
- Salz & Pfeffer
- Muskatnuß
- Knoblauchpulver
- 1 TL Butter oder Margarine zum Einfetten der Form
- 500g gekochte Kartoffeln, in Scheiben
- 200g gekochter Schinken, gewürfelt
- 4 Eier
- 125ml Rahm (Crème fraîche)
- 100g geriebener Käse (z.B. Gouda)
- Paprikapulver zum Bestreuen

1. Die Butter auf dem Boden der Schüssel verteilen, die Zwiebelwürfel zugeben, abdecken und andünsten.

2-3 Min. 100%

2. Den Spinat zugeben, die Schüssel abdecken und garen. Zwischendurch ein- bis zweimal umrühren.

12-14 Min. 100%

Die Flüssigkeit abgießen und den Spinat wärzen.

3. Die Auflaufform einfetten. Abwechselnd die Kartoffelscheiben, die Schinkenwürfel und den Spinat in die Auflaufform schichten. Die letzte Lage sollte Spinat sein.

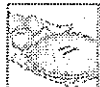
4. Die Eier mit dem Rahm verrühren, würzen und über das Gemüse gießen. Den Auflauf mit dem geriebenen Käse und zum Schluß mit dem Paprikapulver bestreuen.

23-25 Min. 70%

Den Auflauf nach dem Garen ca. 10 Minuten stehen lassen.

Tip:

Nach Wunsch den Auflauf für 3-4 Minuten auf dem hohen Rost mit dem Grill überbacken. Sie können die Zutaten für den Auflauf beliebig variieren, z.B. mit Broccoli, Salami, Nudeln.



GETRÄNKE, DESSERTS UND NACHEN

Spanien

WEISSE PFIRSICHBERGE

Melocotones nevados (ergibt ca. 8 Stück)

Gesamtgarzeit: ca. 3-5 Minuten

Geschirr: Runde flache Glasform
(Durchm. ca. 24 cm)

Zutaten

- 470 g Pfirsichhälften, abgetropft, aus der Dose
- 2 Eiweiß
- 70 g Zucker
- 75 g gemahlene Mandeln
- 2 Eigelb
- 2 EL Cognac
- 1 TL Butter oder Margarine zum Einfetten der Form

1. Die Pfirsichhälften trockentupfen.
2. Das Eiweiß steifschlagen. Zum Schluß etwas Zucker (35 g) einrieseln lassen.
3. Die Mandeln, den restlichen Zucker (35 g), das Eigelb und den Cognac miteinander verrühren.
4. Die Pfirsichhälften mit der Mischung füllen. Den Eischnee mit einem Spritzbeutel auf die Füllungen spritzen.
5. Die Form einfetten. Die Pfirsiche in die Glasform setzen und auf dem niedrigen Rost gratinieren.

3-5 Min. + 70%.

Deutschland

GRIESSFLAMMERI MIT HIMBEERSAUCE

Gesamtgarzeit: ca. 15-20 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

500 ml Milch
40 g Zucker
15 g Mandeln, gehackt
50 g Grieß
1 Eigelb
1 EL Wasser
1 Eiweiß
250 g Himbeeren
50 ml Wasser
40 g Zucker

1. Milch, Zucker und Mandeln in die Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.
3-5 Min. ☞ 100%
2. Den Grieß hineingeben, umrühren und abgedeckt garen, zwischendurch einmal umrühren.
10-12 Min. ☞ 30%
3. Das Eigelb mit dem Wasser in einer Tasse verrühren und unter den heißen Brei rühren. Eiweiß steifschlagen und locker unterheben. Den Grießflammeri in Schälchen umfüllen.
4. Für die Sauce die Himbeeren waschen, vorsichtig trockentupfen und mit Wasser und Zucker in eine Schüssel geben. Abgedeckt erhitzen.
2-3 Min. ☞ 100%
5. Die Himbeeren pürieren und entweder kalt oder heiß zum Grießflammeri servieren.

Frankreich

BIRNEN IN SCHOKOLADE

Poires au chocolat

Gesamtgarzeit: ca. 8-13 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)
Schüssel mit Deckel (1 l Inhalt)

Zutaten

4 Birnen (600 g)
60 g Zucker
1 Pck. Vanillezucker (10 g)
1 EL Birnenlikör, 30 Vol.-%
150 ml Wasser
130 g Zartbitterschokolade
100 g Rahm (Crème fraîche)

1. Die Birnen im Ganzen schälen.
2. Den Zucker, den Vanillezucker, den Likör und das Wasser in die Schüssel geben, verrühren und abgedeckt erhitzen.
1-2 Min. ☞ 100%
3. Die Birnen in die Flüssigkeit setzen und abgedeckt garen.
5-8 Min. ☞ 100%
Die Birnen aus dem Sud nehmen und kalt stellen.
4. 50 ml von dem Birnensud in die kleinere Schüssel geben. Die zerkleinerte Schokolade und den Rahm zufügen und abgedeckt erhitzen.
2-3 Min. ☞ 100%
5. Die Sauce gut umrühren. Die Birnen mit der Sauce übergießen und servieren.

Tip:

Dazu kann noch eine Kugel Vanilleeis gereicht werden.

Österreich

SCHOKOLADE MIT SAHNE

Schokolade mit Schlagobers (für 1 Portion)

Gesamtgarzeit: ca. 1 Minute

Geschirr: Große Tasse (200 ml Inhalt)

Zutaten

150ml Milch
30 g Zartbitterschokolade, geraspelt
30 ml Sahne
Schokoladenstreusel

1. Die Milch in die Tasse gießen. Die Blockschokolade zur Milch geben, umrühren und erhitzen. Zwischendurch nochmals umrühren.
ca. 1 Min. ☞ 100%
2. Die Sahne steifschlagen, auf die Schokolade geben und mit Schokoladenstreuseln garniert servieren.



Schweden

PISTAZIENREIS MIT ERDBEEREN

Pistaschris med zordgubbe

Gesamtgarzeit: ca. 27-31 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

125 g	Langkornreis
150ml	Milch
175ml	Wasser
1	Vanilleschote
1	Prise Salz
50 g	Zucker
250g	Erdbeeren
40g	Zucker
40ml	Cointreau (Orangenlikör, 40 Vol.-%)
200ml	Sahne
1	Eiweiß
50 g	Pistazienkerne

1. Den Reis in die Schüssel geben und mit der Flüssigkeit auffüllen. Die Vanilleschote aufschlitzen, mit dem Salz und dem Zucker zum Reis geben und abgedeckt garen, zwischendurch einmal umrühren.

1. **3-5 Min.**  100%

2. **24-26 Min.**  30%

Den Reis nach dem Garen 5 Minuten stehen lassen.

2. Die Erdbeeren halbieren, mit Zucker und Orangenlikör mischen.
3. Die Vanilleschote aus dem Reis herausnehmen und den Reis im Wasserbad unter Rühren erkalten lassen. Die Sahne und das Eiweiß getrennt steifschlagen. Zuerst die Pistazien, dann die Sahne und zum Schluß das Eiweiß unter den kalten Reis heben.
4. Den Reis in einer großen Schüssel anrichten, eine Vertiefung hineindrücken und die Erdbeeren in die Vertiefung legen.

Niederlande

FEUERTRUNK

Vuurdrank (für 10 Portionen)

Gesamtgarzeit: ca. 8-10 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

500 ml	Weißwein
500 ml	Rotwein, trocken
500 ml	Rum, 54 Vol.-%
1	unbehandelte Apfelsine
3	Stangen Zimt
75 g	Zucker
10 TL	Kluntjes (Kandiszucker)

1. Den Alkohol in die Schüssel gießen. Die Apfelsine dünn schälen, und die Apfelsinenschale mit dem Zimt und dem Zucker zum Alkohol geben. Den Feuertrunk abgedeckt erhitzen.

8-10 Min.  100%

2. Die Apfelsinenschale und den Zimt herausnehmen. In die Groggläser jeweils einen Teelöffel Kluntjes geben, den Feuertrunk hineingießen und servieren.

Dänemark

BEERENGRÜTZE MIT VANILLESAUCE

Rødgrød med vanilie sovs

Gesamtgarzeit: ca. 8-12 Minuten

Geschirr: Schüssel mit Deckel (2 l Inhalt)

Zutaten

- 150 g Johannisbeeren, rot, gewaschen und verlesen
- 150 g Erdbeeren, gewaschen und verlesen
- 150 g Himbeeren, gewaschen und verlesen
- 250 ml Weißwein
- 100 g Zucker
- 50 ml Zitronensaft
- 8 Blatt Gelatine
- 300 ml Milch
- Mark einer 1/2 Vanilleschote
- 30 g Zucker
- 15 g Speisestärke


Tip:

Zur Beerengrütze schmeckt auch eisgekühlte
Sahne oder Joghurt sehr gut.

1. Einige Früchte zum Garnieren zurückbehalten. Die restlichen Beeren mit dem Weißwein pürieren, in die Schüssel geben und abgedeckt erhitzen.

5-7 Min.  100%

Den Zucker und den Zitronensaft unterziehen.

2. Die Gelatine in kaltem Wasser ca. 10 Minuten einweichen, danach herausnehmen und ausdrücken. Die Gelatine in das heiße Früchtepüree rühren, bis sie sich gelöst hat. Die Grütze in den Kühlschrank stellen und fest werden lassen.
3. Für die Vanillesauce die Milch in eine Schüssel geben. Die Vanilleschote aufschlitzen und das Mark herauskratzen. Das Vanillemark, den Zucker und die Speisestärke in die Milch einrühren und abgedeckt garen. Zwischendurch und zum Schluß noch einmal umrühren.
- 3-5 Min.  100%
4. Die Grütze auf einen Teller stürzen und mit den ganzen Früchten garnieren. Die Vanillesauce dazu reichen.

Deutschland

KÄSEKUCHEN (für 12 Portionen)

Gesamtgarzeit: ca. 21-27 Minuten

Geschirr: Runde Backform (Durchm.ca.26cm)

Zutaten

- 300 g Mehl
- 1 EL Kakao
- 3 TL Backpulver (9 g)
- 150 g Zucker
- 1 Ei
- 150 g Butter oder Margarine
- 1 TL Butter oder Margarine zum Einfetten der Form
- 100 g Butter oder Margarine
- 100 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker (10 g)
- 3 Eier
- 400 g Speisequark, 20 % F.i.Tr.
- 1 Pck. Vanillepuddingpulver (40 g)

1. Das Mehl mit dem Kakao und dem Backpulver mischen. Den Zucker, das Ei und die Butter zugeben und mit dem Knethaken des Handrührgerätes verrühren.

2. Die Form einfetten, etwa 2/3 des Teiges hineingeben und auf dem Boden andrücken. Einen Rand von 2 cm hochdrücken und den Teig vorbacken.

7-9 Min.  70%

3. Für die Füllung die Butter mit dem Schneebeesen des Handrührgerätes schaumig rühren, den Zucker dazugeben und die Eier nach und nach einrühren. Zum Schluß den Quark und das Puddingpulver unterrühren.
4. Die Quarkmasse auf dem vorgegarten Teig verteilen, die restlichen Teigkrümel auf dem Kuchen verteilen und backen.

15-19 Min.  70%



Großbritannien

SCHOKOLADENKUCHEN MIT EIS

Chocolate Cake with ice-cream (für 12 Portionen)

Gesamtgarzeit: ca. 15-21 Minuten

Geschirr: Gugelhupfform (Durchm. ca. 21 cm,
10 cm hoch)
2 Schüsseln mit Deckel (1 l Inhalt)

Zutaten

175g Butter oder Margarine
175g Zucker
3 Eier
175g Mehl
1 TL Backpulver
2 EL Kakao (20 g)
50 ml Milch
500 ml Vanilleeis
65 g tiefgekühlte Himbeeren
250 g Kuvertüre, halbbitter

Variationen:

- a) Kirschkuchen: Den Kakao durch 1 TL Vanilleessenz ersetzen und 50 g gehackte Kirschen (kandiert) zum Teig geben. Mit weißer Schokolade überziehen.
- b) Kaffeekekuchen: 2 EL Instantkaffee in 2 EL heißem Wasser aufgelöst dazugeben. Die Milchmenge auf einen Eßlöffel reduzieren. Mit brauner Schokolade überziehen.
- c) Nußkuchen: 50 g Walnüsse dazugeben. Mit Nußkuvertüre überziehen.

1. Die Butter schaumig rühren und den Zucker langsam unterrühren. Die Eier nach und nach zufügen und gut verrühren. Mehl, Backpulver und Kakao mischen und dazugeben. Die Milch zugießen und alles gut verrühren.
2. Die Form einfetten, den Teig einfüllen und garen.
8-10 Min. 70%
Prüfen Sie mit einem Holzstäbchen, ob der Teig gar ist.
3. Den Kuchen in der Form 10 Minuten ruhen lassen, dann aus der Form stürzen. Bis zum Füllen vollständig auskühlen lassen.
4. Den unteren Rand des Kuchens 2 cm waagrecht abschneiden und beiseite legen. Den Kuchen drehen, 1 cm vom inneren und äußeren Rand entfernt senkrecht einschneiden und das Innere mit dem Löffel herausheben.
5. Die Eiscrème in die Schüssel geben und antauen.
ca. 1 Min. 30%
Die Eiscrème in den Kuchen füllen und die Himbeeren in das Eis drücken. Den Boden darauflegen und den Kuchen umdrehen.
6. Die Kuvertüre in die zweite Schüssel geben und schmelzen lassen.
3-6 Min. 50%
Umrühren und den Kuchen damit überziehen.
7. Den Kuchen einfrieren und vor dem Servieren antauen.
3-4 Min. 30%

Tip (Schokoladenkuchen mit Eis):

Dieser Kuchen schmeckt auch ohne Füllung sehr lecker.

Deutschland

HEISSE ZITRONE

Gesamtgarzeit: ca. 1 Minute (für 1 Portion)

Geschirr: Teeglas (150 ml Inhalt)

Zutaten

100 ml Wasser
Saft einer Zitrone
2-3 TL Zucker

1. Wasser und Zitronensaft in eine Tasse geben und erhitzen.
ca. 1 Min. 100%
Zucker nach Geschmack einrühren.

(D)	
Stromversorgung	: 230V, 50 Hz, Einphasenstrom
Sicherung/Sicherungsautomat	: Mindestens 16A
Leistungsaufnahme:	Mikrowelle : 1.55kW
	Grill : 1.25kW
	Kombi : 2.8kW
Leistungsabgabe:	Mikrowelle : 900W (IEC 705)
	Grill : 1200W
	Grill oben : 800W
	Grill unten : 2450MHz
Mikrowellenfrequenz	: 520mm (W) x 309mm (H) x 436mm (D)
Außenabmessungen	: 349mm (W) x 207mm (H) x 357mm (D)
Garraumabmessungen	: 26 Liter
Garrauminhalt	: ø325mm
Drehteller	: ca.19kg
Gewicht	: 25W/240 - 250V
Garraumlampe	
Dieses Gerät entspricht den Anforderungen der EG-Richtlinien 89/336/EWG und 73/23/EWG mit Änderung 93/68/EWG.	

(F)	
Tension d'alimentation	: 230V, 50 Hz, monophasé
Fusible/disjoncteur de protection	: 16A minimum
Consommation électrique:	Micro-ondes : 1,55KW
	Gril : 1,25KW
	Combiné : 2,8KW
Puissance:	Micro-ondes : 900W (IEC 705)
	Gril : 1200W
	Gril haut : 800W
	Gril bas : 2450MHz
Fréquence des micro-ondes	: 520mm (L) x 309mm (H) x 436mm (P)
Dimensions extérieures	: 349mm (L) x 207mm (H) x 357mm (P)
Dimensions intérieures	: 26 litres
Capacité	: ø325mm
Plateau tournant	: 19kg environ
Poids	: 25W/240 - 250V
Eclairage de four	
Ce four est conforme aux exigences des Directives 89/336/CEE et 73/23/CEE révisées par 93/68/CEE.	

(NL)	
Wisselstroom	: 230V, 50 Hz, enkele fase
Zekering/circuitonderbreker	: Minimum 16A
Stroombenodigdheid:	Magnetron : 1,55KW
	Grill : 1,25KW
	Combinatie : 2,8KW
Uitvoermogen	Magnetron : 900W (IEC 705)
	Grill : 1200W
	Bovengrill : 800W
	Onderste Grill : 2450MHz
Magnetronfrequentie	: 520mm (W) x 309mm (H) x 436mm (D)
Afmetingen buitenkant	: 349mm (W) x 207mm (H) x 357mm (D)
Afmetingen binnenkant	: 26 liter
Ovencapaciteit	: ø325mm
Draaitafel	: ca.19kg
Gewicht	: 25W/240 - 250V
Ovenlampje	

Deze oven voldoet aan de vereisten van Richtlijnen 89/336/EEC en 73/23/EEC zoals gewijzigd door 93/68/EEC.

I

Tensione di linea CA	: 230V, 50 Hz, monofase
Fusibile linea distribuzione/interruttore automatico	: 16A minimo
Tensione di alimentazione:	Microonde : 1,55KW
	Grill : 1,25KW
	Combinata : 2,8KW
Potenza erogata:	Microonde : 900W (IEC 705)
	Grill
	Grill superiore : 1200W
	Grill inferiore : 800W
Frequenza microonde	: 2450MHz
Dimensioni esterne	: 520mm (L) x 309mm (A) x 436mm (P)
Dimensioni cavità	: 349mm (L) x 207mm (A) x 357mm (P)
Capacità forno	: 26 litri
Piatto rotante	: Ø325mm
Peso	: circa 19kg
Lampada forno	: 25W/240 - 250V

Questo apparecchio è conforme ai requisiti delle direttive CEE/89/336 e CEE/73/23 come emendata data dalla direttiva CEE/93/68.

E

Tensión de CA	: 230V, 50 Hz, monofásica
Fusible/disuntor de fase	: Mínimo 16 A
Requisitos potencia de CA:	Microondas : 1,55 KW
	Grill : 1,25 KW
	Combinado : 2,8 KW
Potencia de salida:	Microondas : 900 W (CEI 705)
	Grill
	Grill superior : 1200 W
	Grill inferior : 800 W
Frecuencia microondas	: 2450 MHz
Dimensiones exteriores	: 520 mm (An) x 309 mm (Al) x 436 mm (P)
Dimensiones interiores	: 349 mm (An) x 207 mm (Al) x 357 mm (P)
Capacidad del horno	: 26 litros
Plato giratorio	: ø325 mm
Peso	: 19 kg aprox.
Lámpara del horno	: 25 W / 240 - 250 V

Este horno cumple los requisitos de las Directivas 89/336/CEE y 73/23/CEE y su modificación en la 93/68/CEE.

UTSCHLAND

i einer Reklamation Ihrer SHARP Mikrowelle wenden Sie sich bitte an Ihren Fachhändler oder an eine der
 chfolgend aufgeführten SHARP SERVICE Niederlassungen.

067 Dresden, Gehado Service GmbH, Webergasse 2-4, Tel: 0351-5966254, Fax: -5966244 / **03226 Vetschau**, Bernd Mindach, Jurigarin-Str. 7-9, Tel: 035433-2125 / **04159 Leipzig**, Rudolph Franz, Elli-Voigt-Str. 1, Tel: 0341-581469, Fax: -581469
 600 Altenburg, Mechanik Altenburg, Dostoiewskistr. 17a, Tel: 03447-311102, Fax: -311248 / **06217 Merseburg**, Merseburger
 ushaltsg. GmbH, Gothardstr. 23, Tel: 03461-210290, Fax: -216891 / **06295 Eisleben**, Rudolf Schwarzbach, Hallesche Str. 36, Tel: 03475-
 79 / **06618 Naumburg**, Hausgeräte Service, Wenzelstr. 15, Tel: 03445-2016, Fax: -2016 / **06618 Naumburg**, Elektro Schröter,
 string 11-12, Tel: 03445-2960 / **06844 Dessau**, Dessau Elektrik GmbH, Albrechtstr. 116-118, Tel: 0340-213331, Fax: -213332
 407 Rudolfstadt, Elektro Granowski, Emil-Hartmann-Str. 2, Tel: 03672-32123 / **07545 Gera**, ESS GmbH, Amthorstr. 12, Tel: 0365-
 12316, Fax: -6112244 / **07607 Hainpsitz**, Elektro Fachmarkt Herrmann&Söhne, Böllschützter Str. 1, Tel: 036691-53490, Fax: -53493
0773 Greiz, Elektro Riederer Haushaltsgeräte, Reichenbacher Str. 44d, Tel: 03661-3148, Fax: -2488 / **08280 Aue**, Weichhold GmbH,
 i-Gagarin-Ring 12a, Tel: 03771-552222, Fax: -552255 / **08523 Plauen**, Elektrotechnik Plauen, Tel: 03741-26645, Fax: -26868 /
09126 Chemnitz, Tele-Service GmbH, Bernsdorfer Str. 213, Tel: 0371-586960, Fax: 0371-55938 / **09221 Neukirchen**, Elektro Walther,
 Hauptstr. 74, Tel: 0372-37061 / **09246 Pleiße**, ETS Elektrotechnische Großh., Zeppelinstr. 8, Tel: 03722-6040, Fax: 03722-604200 / **09328**
Lenzenau, Peter Welsch GmbH, Schulstr. 6, Tel: 037383-6434, Fax: -6600 / **09376 Oelsnitz**, Oelsnitz Elektrotechnik GmbH, Bahnhofstr.
 1, Tel: 037298-360, Fax: -36102 / **10178 Berlin**, holec Handels-Service GmbH, Dirksenstr. 113-117, Tel: 030-2426915, Fax: -2423924 /
2157 Berlin, Michael Kittler, Cranachstr. 2, Tel: 030-8554835, Fax: 030-8554835 / **12683 Berlin**, Deubel + Höfermann, Rapsweg 53, Tel: 033971-4137, Fax: -4137 / **17033**
 00-5619112, Fax: -5619112 / **16866 Kyritz**, holec Handels-Service GmbH, Hamburger Str. 31, Tel: 033971-4137, Fax: -4137 / **17033**
Neubrandenburg, hgs Service GmbH, Südbahnstr. 3, Tel: 0395-6360, Fax: -41135 / **17033 Neubrandenburg**, ATV Service GmbH,
 oldesgr Str. 12, Tel: 0395-587504, Fax: -587518 / **18055 Rostock**, Hetelec, Mühlendamm 5, Tel: 0381-36231, Fax: 0381-36231
3057 Rostock, HGS Haushaltsgeräte SVC, Werftstr. 18, Tel: 0381-4922877, Fax: 0381-4922878 / **18246 Bützow**, hgs Haushaltsgeräte
 Service, Gartenstr. 21, Tel: 038461-2466 / **18435 Stralsund**, RDS Haushalts-Service, Kedingshäger Str. 78, Tel: 03831-391426, Fax: -
 00121 / **19057 Schwerin**, hgs Haushalts-Service, Am Margaretenhof 14, Tel: 0385-464090, Fax: -465013 / **20357 Hamburg**, Dieter
 öller, Schulterblatt 132, Tel: 040-435332, Fax: -4302120 / **20537 Hamburg**, Deubel + Höfermann, Eifestr. 398, Tel: 040-257227, Fax: -
 500192 / **23562 Lübeck**, Lutz H. Boenisch, Helmholzstr. 12, Tel: 0451-51929 / **24116 Kiel**, Jürgen Skop GmbH, Eckernförder Str. 93,
 l: 0431-13038, Fax: -13811 / **24357 Fleckeby**, Koack Haushaltsgeräte Service, Südring 14, Tel: 04354-700, Fax: -1311 / **24975**
usby, Günter Josten, Flensburger Str. 41, Tel: 04634-422, Fax: 723 / **25770 Hemmingstedt**, Dirk Stübner, Koesliner Str. 18, Tel: 0481-
 4943, Fax: -64764 / **26655 Westerstede**, Gerhard Ahrenholz, Südring 37, Tel: 04488-84770, Fax: -847711 / **26802**
Doornland, Weert Nordbrock, Königsstr. 187, Tel: 04954-6654, Fax: -6516 / **27404 Heeslingen**, Helmut Willenbrock, Kirchstr. 9-11,
 l: 04281-1031, Fax: -6467 / **27478 Cuxhaven**, Oskar Wieandt & Sohn, Am Kanal 5, Tel: 04724-81300, Fax: -813050 / **28207**
remen, Hanso Haushalts-Service, Neidenburger Str. 20, Tel: 0421-492526, Fax: -440932 / **29439 Lüchow**, Elektro Kittler, Güldenboden
 5, Tel: 05841-3322, Zentrale: 030-8551335 / **30165 Hannover**, Strickling Werkskundendienst, Meelbaumstr. 8, Tel: 0511-3524686, Fax: -
 505800 / **33607 Bielefeld**, Voss GmbH, Kuckucksweg 47, Tel: 0521-285058, Fax: -285059 / **33818 Leopoldshöhe**, Gehado
 Service, Schölmarsche Str. 1, Tel: 05208-6604, Fax: 05208-7777 / **34123 Kassel**, von Rappard GmbH, Heinrich-Hertz-Str. 9, Tel: 0561-580950,
 Service: 5809570 / **34128 Kassel**, Elektro Mohrenne, Ahnatalstr. 84, Tel: 0561-61727, Fax: 0561-65470 / **35037 Marburg**, Hans-Georg
 uchs, Wilhelmstr. 16, Tel: 06421-22424, Fax: -27549 / **35415 Pohlheim**, Jung Kundenzentrum, Ludwigstr. 13, Tel: 06403-61131 /
6088 Hünfeld, Elektro Vogt GmbH, Hauptstr. 22, Tel: 06652-2215, Fax: -5782 / **37073 Göttingen**, Colorado Service Center, Groner-
 Str. 13, Tel: 0551-45752 Fax: 57969 / **37671 Höxter**, Elektro-Kühlanlagen Nonn, Krämerstr. 8, Tel: 05271-7959, Fax: -35053
8106 Braunschweig, Reparatur Centrum Adler, Bülteweg 93, Tel: 0531-340901, Fax: -340907 / **38440 Wolfsburg**, G. Görtner,
 Sauerhorst 16, Tel: 05361-31063, Fax: -31272 / **39106 Magdeburg**, Industrie-Elektronik, Kaiser-Otto-Ring 24, Tel: 0391-551402, Fax: -
 53520 / **40210 Düsseldorf**, Herbert Dahm KG, Bendemannstr. 9, Tel: 0211-35550, Fax: -3555120 / **40476 Düsseldorf**, Horst Leven,
 alther Str. 21, Tel: 0211-486025, Fax: -443399 / **41065 Mönchengladbach**, Herbert Hommers, Gutenbergstr. 28, Tel: 02161-603256,
 Fax: -651951 / **42781 Haan**, Host Kerkühn, Talstr. 8b, Tel: 02129-4466, Fax: -4037 / **44357 Dortmund**, Gehado Service, Freigrafenstr. 23-
 9, Tel: 0231-937000-0, Fax: 93700044 / **44869 Bochum**, ML Werks-Service GmbH, Ruhrstr. 181, Tel: 02327-77899, Fax: -74692
 5219 Essen, R.Drengben, Corneliussr. 39, Tel: 02054-84114
46045 Oberhausen, Elektro Kroppen, Feldmannstr. 76, Tel: 0208-871711, Fax: -876652 / **48165 Münster**, Günter Pfeifer, Rohrkampstr.
 13, Tel: 02501-3033 / **49324 Melle**, Borgards GmbH, Plattenberger Str. 50, Tel: 05422-949740, Fax: -949792 / **49492**
Vesterkappeln, Elektro Iborg, Goedekestr. 8, Tel: 05404-1616 / **50827 Köln**, Hermann F. Esser, Wilhelm-Mauser-Str. 47, Tel: 0221-
 883006, Fax: -585555 / **51598 Friesenhagen**, Hans Krempel Haustechnik, Mühlenhof 6, Tel: 02734-7377, Fax: -40618 / **52146**
Nürseln, Hubert Homacher, De Gasperi-Str. 6+10, Tel: 02405-9600, Fax: -2704 / **53757 Sankt Augustin**, HDL Elektro-Kundendienst,
 Kölnstr. 4, Tel: 02241-334408, Fax: -920334 / **54309 Newel**, Hans Krempel Haustechnik, Römerstr. 22, Tel: 06505-8899
55130 Mainz, Norbert Schwamb, nur telefonische Annahmestelle, Tel: 06131-881070 / **55543 Bad Kreuznach**, Hans Krempel
 Haustechnik, Industriest., Tel: 0671-7940, Fax: -79446 / **56070 Koblenz**, Hans Krempel Haustechnik, August-Horch-Str. 14, Tel: 0261-
 909938, Fax: -83074 / **57080 Siegen**, Hans Krempel Haustechnik, Gosenbacher Hütte 44, Tel: 0271-354114, Fax: -351408 / **57234**
Wilsdorf, Elektro Mutschler, Hauptstr. 18, Tel: 02739-3069, Fax: -4699 / **58239 Schwerte**, HHKT Electronica J. Schlütz, Holzener Weg
 79, Tel: 02304-82025, Fax: -86360 / **59457 Werl**, Mayer Elektro, Westdahlweg 2, Tel: 02922-3541, Fax: -85382 / **61381**
Friedrichsdorf, Großkücheneinr. Hollmann, Bahnstr. 17a, Tel: 06172-5276, Fax: 75883 / **63150 Heusenstamm**, Heberer Electronic,
 Goethestr. 10, Tel: 06104-923704, Fax: 923705 / **63739 Aschaffenburg**, Reis Radio Fernsehen, Maximilianstr. 8, Tel: 06021-15177, Fax: -
 15199 / **65239 Hochheim**, Norbert Schwamb GmbH, Ellvillestr. 14, Tel: 06146-4085, Fax: -4088 / **65627 Elbtal**, Rudi Wagner, Am
 Ohlenrod 10, Tel: 06436-3444 / **65931 Frankfurt**, Norbert Schwamb, nur telefonische Annahme: 069-371525 / **66117**
Saarbrücken, Hans Krempel Haustechnik, Zinzinger Str. 13, Tel: 0681-500850, Fax: 5008524 / **67549 Worms**, Hans Krempel Haustechnik,
 Müllerstr. 24, Tel: 06241-54224, Fax: -54225 / **67663 Kaiserslautern**, Hans Krempel Haustechnik, Merkurstr. 6a, Tel: 0631-52078, Fax: -
 52079 / **67680 Neuheimsbach**, Rudi Braun, Hauptstr. 10a, Tel: 06303-3524, Fax: -5214 / **68309 Mannheim**, Hans Krempel
 Haustechnik, Heppenheimer Str. 23, Tel: 0621-737978, Fax: 722404 / **68309 Mannheim**, Electronic SVC Schaaf, Reichenbachstr. 21-
 23, Tel: 0621-727877, Fax: 7278750 / **68526 Ladenburg**, Salinger Elektro Service, Brauergasse 2, Tel: 06203-3341, Fax: -16919
70329 Stuttgart, Elektro Herterich, Fruchtstr. 11, Tel: 0711-4201780, Fax: -426153 / **74564 Crailsheim**, Elektro Reu, Lange Str. 20-22,
 Tel: 07951-6019, Fax: -6018 / **75236 Kämpfelbach**, Horst Frei, Goethestr. 19, Tel: 07232-1518, Fax: -5238 / **76185 Karlsruhe**,
 Electronic Service Franke, Lotzbeckstr. 9, Tel: 0721-570070, Fax: -5700736 / **76872 Winden**, Hans Krempel Haustechnik, Hauptstr. 103, Tel:
 06349-8571, Fax: -3390 / **78462 Konstanz**, Elektro Herterich, nur telefonische Annahmestelle: Tel: 07531-27923 / **78737 Fluorn-**
Winzeln, Edmund Schneider, Schaffhausstr. 9, Tel: 07402-482, Fax: -8014 / **79115 Freiburg**, Electronic Service Franke, Wiesentalstr. 13,
 Tel: 0761-42671-72, Fax: -42675 / **79650 Schopfheim**, R. Grossmann, Feldbergstr. 21, Tel: 07622-7673, Fax: -61900

80339 München, Kessel & Schnitt, Schwanthaler Str. 110, Tel: 089-505802, Fax: -5021596 / **82166 Gräfelfing**, Jung TV Service, Lohenstr. 14, Tel: 089-8545081, Fax: -852413 / **85095 Denkendorf**, Reinhold Pfeiffer, Michlstr. 3, Tel/Fax: 08466-1319
85413 Hörgertshausen, Elektro-Radmaier, Schloßstr. 7, Tel: 08764-458, Fax: -1228 / **85609 Aschheim**, Dieter Beise, Waldweg 9a, Tel: 089-9034005, Fax: -9044859 / **86157 Augsburg**, Johann Haslinger, Stadtberger Str. 67, Tel: 0821-523125, Fax: -526664
87439 Kempten, Radio Hartmann, Heiligkreuzer Str. 17, Tel: 0831-93231, Fax: 91319 / **89231 Neu-Ulm**, Markus Schneider, Gartenstr. 4, Tel: 0731-85897, Fax: -74681 / **89564 Nottmheim**, Elektro Oechsle GmbH, Fleinheimerstr. 49, Tel: 07321-71442, Fax: -72341
90431 Nürnberg, Gehada SVC, Dottenheimer Str. 4, Tel: 0911-939740, Fax: 0911-3263378 / **91126 Schwabach**, Elektro & Elektronik KD, Limbacherstr. 81, Tel: 09122-84135, Fax: -61677 / **91522 Ansbach**, Elektro Merk GmbH, Am Ring 17, Tel: 0981-89574, Fax: -86715
93102 Pfaffers, Franz Bernhard, Regensburger Str. 60, Tel: 09481-1505, Fax: -8124 / **94130 Obernzell**, Elektro Service Schurig, Hammerstr. 31, Tel: 08591-2400, Fax: -1285 / **96052 Bamberg**, Bernhard Jackl, Aronstr. 2a, Tel: 0931-39332, Fax: -37423
97070 Würzburg, Wvls GmbH, Untere Johannitergasse 16, Tel: 0931-355710, Fax: -3557121 / **97318 Kitzingen**, K & M Hoffritz GmbH, Herrnstr. 4-6, Tel: 09321-4221, Fax: -32185 / **98724 Neuhaus**, DLG Haustechnik GmbH, Eislefelder Str. 32, Tel: 03679-4651, Fax: -2169 / **99096 Erfurt**, Ernst Grüsser, Goethestr. 14, Tel: 0361-5626519, Fax: -5626519 / **99310 Arnstadt**, Elektro-Dienst GmbH, Nordstr. 3, Tel: 03628-75420, Fax: -3498 / **99706 Sondershausen**, Biedermann & Köchel, Planplatz 8, Tel: 03632-50077, Fax: -50077
99734 Nordhausen, Südhärzer Dienstl. GmbH, Grimmellallee 40, Tel: 03631-2040, Fax: 3654 / **99817 Eisenach**, Blitz Electronic GmbH, Bahnhofstr. 17, Tel: 03691-77291, Fax: 72105

FRANCE

En cas d'une réclamation concernant une SHARP micro-onde, nous vous prions s'adresser à votre spécialiste ou à une adresse des SHARP Services suivantes.

A.A.V.I., 1, Rue du Mont de Terre, 59818 Lesquin Cedex, Phone: 20 86 20 30, Fax: 20 86 20 60 Service Dept. 02, 08, 59, 62, 80
ASYSTEC, P.A. Charles de Gaulle, 4 rue des Artisans, 95190 Gossainville, Phone: 97 83 07 41, Fax: 34 38 91 20, Service Dept. 60, 77, 93, 95

ATELIER ROUSSEL, 12, Bld Flandre Dunkerque, 56100 Lorient, Phone: 97 83 07 41, Fax: 97 87 02 36, Service Dept. 22, 29, 35, 44, 56
C.E.A.T.9, 9, Rue de Venise, 21000 Dijon, Phone: 80 66 15 57, Fax: 80 67 12 36, Service Dept. 10, 21, 25, 39, 52, 58, 71, 89
C.M.T.S., 38, Rue des Ormeaux, 75020 Paris, Phone: 43 70 20 00, Fax: 43 70 36 46, Service Dept. 75, 77, 78, 91, 92, 93, 94, 95
C.T.E., Zone Tilly, 1116 rte de Thionville, 57140 Woippy, Phone: 87 30 14 14, Fax: 87 30 85 07, Service Dept. 54, 55, 57, 67
ELECMA, 6 Bld Gueidon, 13013 Marseille, Phone: 91 06 22 56, Fax: 91 06 22 90, Service Dept. 13, 30, 34, 83, 84, 48, 26
M.E.C., 68 Rue de General Faucher, 37000 Tours, Phone: 47 66 00 30, Fax: 47 66 00 80 Service Dept. 16, 17, 18, 36, 37, 41, 45, 44, 49, 79, 85, 86, 87
M.R.T., 74, Rue Albert Einstein, 72021 Le Mans Cedex, Phone: 43 28 52 20, Fax: 43 24 93 81, Service Dept. 28, 41, 49, 53, 61, 72
ROSSIGNOL, ZI du Brezel Est, 6 rue P. Boulanger, 63100 Clermont Ferrand, Phone: 73 91 93 09, Fax: 73 92 28 79, Service Dept. 3, 15, 19, 23, 43, 63
SETELEC, 23, Rue du Chatelet, 76420 Bihorel les Rouen, Phone: 35 60 64 39, Fax: 35 59 93 48, Service Dept. 14, 27, 50, 76
S.T.E., 3, Chemin de l'Industrie, 06110 Le Cannet Rocheville, Phone: 93 46 05 00, Fax: 93 46 51 18, Service Dept. 04, 06
S.T.V.S., 18, Rue Benoit Malon, 42000 Saint Etienne, Phone: 77 32 74 57, Fax: 77 37 45 29, Service Dept. 03, 07, 42, 43, 63
S.T.V.S., 10, Chemin Saint-Gobain, 69190 Saint Fons, Phone: 78 70 03 32, Fax: 78 70 86 61, Service Dept. 01, 38, 69, 71, 73, 74
TECH SERVICE, Batiment G-impasse Boudville, 31100 Toulouse, Phone: 61 44 98 45, Fax: 62 14 16 13, Service Dept. 09, 11, 31, 32, 33, 40, 47, 64, 65, 66, 81, 82
TIMO VIDEO, 29 rue Elisabeth, 91330 Yerres, Phone: 69 48 04 80, Fax: 69 83 36 10, Service Dept. 28, 45, 77, 89, 912, 94
U.N.T.D., 1, Rue des Lourdales, 76000 Rouen, Phone: 35 72 28 04, Fax: 3573 18 32, Service Dept. 14, 27, 50, 76

BELGIUM

En cas d'une réclamation concernant une four a micro-onde SHARP, nous vous prions de vous adresser à votre spécialiste ou à une adresse des SHARP Services suivantes.

Indien uw magnetron problemen geeft kunt u zich wenden tot uw dealer of een van de onderstaande Sharp service centra.

AVTC, Kleine Winkellaan 54, 1853 Strombeek-Bever, Phone: 2674019, fax: 2679670,
ETS HENROTTE, Rue Du Campinaire 154, 6240 Farciennes, Phone: 396290, Fax: 391237

NETHERLAND

Indien uw magnetron problemen geeft kunt u zich wenden tot uw dealer of naar onderstaand Sharp Service Centrum.

SHARP ELECTRONICS BENELUX BV, Helpdesk - Postbus 900, 3990 DW Houten, Telefoon: 030-6359635, Fax: 030-6377472

LUXEMBURG

Bei einer Reklamation Ihrer SHARP Mikrowelle wenden Sie sich bitte an Ihren Fachhändler oder an eine der nachfolgend aufgeführten SHARP SERVICE Niederlassungen

En cas d'une réclamation concernant une SHARP micro-onde, nous vous prions s'adresser à votre spécialiste ou à une adresse des SHARP Services suivantes.

Nouvelle Central Radio, Rue des Jongs, 15, 1818 Howald

SWITZERLAND

En cas d'une réclamation concernant une SHARP micro-onde, nous vous prions s'adresser à votre spécialiste ou à une adresse des SHARP Services suivantes.

Bei einer Reklamation Ihrer SHARP Mikrowelle wenden Sie sich bitte an Ihren Fachhändler oder an eine der nachfolgend aufgeführten SHARP SERVICE Niederlassungen.

NEL CASO SI VERIFICAZZANO PROBLEMI ALLA VOSTRA APPARECCHIATURA: POTRETE RIVOLGERVI PRESSO UN NOSTRA CENTRO DI ASSISTENZA AUTORIZZATO SHARP

Restorex, Centre Uvriev/Magro, 1958 Uvriev/Sion, Tel: 027-331161 / **Amherd Albert AG**, Elektro, 3902 Brig-Glis, Tel: 028-235656
Eugene Kunz, Case postale 685, 1920 Martigny, Tel: 077-281886 / **Wirteshop R. Saurenmann**, Baarstr. 57, 6300 Zug, Tel: 042-211327
Geb. R. Max, Feldstr. 1a, 8942 Oberrieden, Tel: 01-7209293 / **Oberholzer & Co.**, Laupenstr. 8, 8636 Wald, Tel: 055-953295
KHM, Keller Hotelmasch AG, Alte Landstr. 12, 8600 Dübendorf, Tel: 01-8215205 / **Falkomat AG**, Allmendstr. 134, 4058 Basel, Tel: 061-6011919
Burri, Route de Seune 59, 1227 Carrouge, Tel: 022-3010366 / **Torre, Arts Menagers SA**, Rte. de Chene 80-82, 1208 Geneva, Tel: 022-7356550

Edmund Conrad, Höhe, 7431 Rongellen, Tel: 081-813544 / **Hanspeter Ebner**, Casanostro. 6, 7270 Davos-Platz, Tel: 081-465728
Meyer Gastro AG, Süsswinkel 7, 6004 Luzern, Tel: 041-513855 / **Aurora Service**, 31 Rue de l'Ecluse, 2000 Neuchâtel, Tel: 038-242034

Bolt AG, Hauptstr. 1, 8586 Riedl/Erlen, Tel: 072-481466 / **Hollenstein & Co.**, Scheffelsstr. 7, 9500 Wil, Tel: 073-234970
Isell & Albrecht, Münsiergass 22, 8200 Schaffhausen, Tel: 053-254433 / **Bürgi-Infra-Gril AG**, Gotthardstr. 66, 6410 Goldau, Tel: 041-822510
Gsell Roger, Via Corona 38, 6902 Paradiso, Tel: 091-545637 / **Mercatone SA**, 6928 Manno, Tel: 091-595001
Fredi Herger, Kirchstr. 28, 6454 Flüelen, Tel: 044-23089 / **Stirmimann AG**, Landstr. 122, 5430 Wettingen, Tel: 056-263538
Franz Kaufmann, Schwabistalstr. 90, 5037 Mühlen, Tel: 064-432551 / **Paul Lüscher**, Bollenwilerstr. 143, 5053 Stoffelbach-Wiltwil, Tel: 064-811021
Liege, Marcus Gautschi, Oberfeldstr. 342, 5722 Gränichen, Tel: 064-313634 / **Industrielle Betriebe der Stadt Aarau**, Obere Vorstadt 37, 5000 Aarau, Tel: 064-210318
Gerard Kopp, Mooshaldenstr. 9, 9050 Appenzell, Tel: 071-873438 / **Rolf Gerber AG**, Bercholdstr. 37, 3012 Bern, Tel: 031-237676
Rolf Kämpf, Aalmattenweg 36, 2560 Nidau, Tel: 032-516087 / **Intermatic**, Höhweg 195, 3800 Interlaken, Tel: 036-220015
Elektro Aeschmann AG, Kanalpromenade 16, 3800 Interlaken, Tel: 036-227777 / **Elektrohaus von Allmen AG**, Gsteigstr. 3780 Gstaad, Tel: 030-41464 / **PAVA**, Paul von Arx, Ostringstr. 16, 4702 Oensingen, Tel: 062-761976

ÖSTERREICH

Bei einer Reklamation Ihrer SHARP Mikrowelle wenden Sie sich bitte an Ihren Fachhändler oder an eine der nachfolgend aufgeführten SHARP SERVICE Niederlassungen.

Manfred Mayer GmbH, Stipckgasse 6, 1234 Wien, Phone: 222-6093120, Fax: 222-693629 / **Karl Rother**, Simmeringer Hauptstr. 11, 1110 Wien, Phone: 222-7498432, Fax: 222-7498838 / **Roland Göschl**, Bayerhamerstr. 12c, 5020 Salzburg, Phone: 662-882307, Fax: 662-881926 / **Micro Electronics**, Goldschlagstr. 64, 1150 Wien, Phone: 222-9832244, Fax: 222-9832246 / **Franz Schuhmann**, Gablonzerweg 18, 4030 Linz, Phone: 732-382280, Fax: 732-3822808 / **Arnold Moser**, An der Heufurt 28, 6900 Bregenz, Phone: 5574-75777, Fax: 5574-75777 / **Josef Resch**, Leopoldstr. 57, 6020 Innsbruck, Phone: 512-561766, Fax: 512-584546 / **Scheuermann**, Rennsteinerstr. 8, 9500 Villach, Phone: 4242-21174, Fax: 4242-21174 / **Pichler**, Am Wegrain 342, 8055 Graz, Phone: 316-291292, Fax: 316-291292 / **Audio Video Service**, 9220 Klagenfurt, Phone: 463-43114, Fax: 463-43113

ITALIA

NEL CASO SI VERIFICASSERO PROBLEMI ALLA VOSTRA APPARECCHIATURA POTRETE RIVOLGERVI PRESSO UN NOSTRO CENTRO DI ASSISTENZA AUTORIZZATO SHARP

Livolsi Fausto, Via Casella 37, 20156 Milano, Phone: 02-39215576, Fax: 02-39210854 / **Rota G.**, Via Martinella 65, 24020 Torre Boldone (BG), Phone: 035-344492 / **ServiceTVA**, Via Vergnano 59, 25127 Brescia, Phone: 011-2296000, Fax: 011-253921 / **Tre Esse**, Via M. Coppina 96/a, 10147 Torino, Phone: 011-2296000, Fax: 011-253921 / **Gruar**, C.so Europa 454, 16148 Genova, Phone: 010-380671, Fax: 10-3991351 / **Top Service**, Via Latemar 10/12, 39100 Bolzano, Phone: 0471-970221 / **Campi**, Via Noalese 87, 31100 Treviso, Phone: 0422-436245, Fax: 0422-435996 / **Video Service**, Via Vitruvio 11, 37100 Verona, Phone: 045-566299, Fax: 045-573865 / **Video Hi-fi**, Via Langhi 16 a/b, 40128 Bologna, Phone: 051-360986, Fax: 051-366863 / **Aerre Digit**, Via Marbellini 10/12, 50127 Firenze, Phone: 055-410874, Fax: 055-411490 / **Saeco di Coppa**, Via Rinchiesta Nord 34, 54100 Massa, Phone: 0585-251724, Fax: 0585-791177 / **Technoconsult**, Via Mad. Alta 185, 06100 Perugia, Phone: 075-5003089 / **Electronica Laser**, Via Scarpanti 36/38, 60125 Ancona, Phone: 071-2866075, Fax: 071-2864460 / **C.G.M.**, Via Zenodassio 49, 00176 Roma, Phone: 06-2751026 / **Tecno Labs**, Via Naz. Delle Puglie 294, 80026 Casoria (NA), Phone: 081-5845923 / **Marcantonio**, Via G.M. Giovane 45, 70124 Bari, Phone: 080-5618029 / **Audio Video**, Via A. de Gasperi 44, 88018 Vibo Valentia, Phone: 0963-45571/2 / **A.V.S.**, Via Sassari 2/c, 95100 Catania, Phone: 095-446696, Fax: 095-434337 / **A.S. TEC.**, Via R. Villasanta 227, 09100 Cagliari, Phone: 070-524153, Fax: 070-504109

ESPAÑA

En caso de una reclamación con vuestra SHARP Microwave, preguntan por favor la casa dónde han comprado su máquina o infórmense en una de las SHARP Service casas siguientes.

ANDALUCÍA

Electro Vitel, C.B., Poeta Paco Aquino, 51, 4005 Almería, Phone: 950-229755, Fax: 950-222520 / **Televideo**, Ruescas 7, 04770 Adra, Phone: 950-401863, Fax: 950-401863 / **Electronica Leon**, Cruz Roja Española, 11, 11009 Cadiz, Phone: 956-201417, Fax: 956-258722 / **Jose Borja y Jose Arana**, San Antonio 31, 11201 Algeciras, Phone: 956-666053 / **Electronica Jeda**, Divina Pastora, edif. 1, local 4, 11402 Jerez de la Front., Phone: 956-336499 / **Electronica Jeda**, Jiménez Sandoval 3, 11500 Pto. Sta. Maria, Phone: 956-864606 / **Teodoro Duenas Canas**, Hermano Juan Fernández, 15, 14014 Córdoba, Phone: 957-263506 / **Electronica Wenceslao**, Fontiveros 42A, 18008 Granada, Phone: 958-811616, Fax: 958-126399 / **Telesonid**, Dr. Fco. Vázquez Limón 4, 21002 Huelva, Phone: 955-243860, Fax: 955-243982 / **Electro Himega**, S.A., Adarves Bajos 4C, 23001 Jaén, Phone: 953-254256 / **Biser**, S.L., Lozano de Torres 8, 29013 Málaga, Phone: 952-255553 / **Vanhcolor**, S.L., San Jacinto, 96, 41010 Sevilla, Phone: 95-4338303, Fax: 95-4339861 / **Auvitel**, S.L., Pedro Pérez Fernández, 15A, 41011 Sevilla, Phone: 95-4275705, Fax: 95-4275706

ARAGON

Serviellectro, S.C.L., Baltasar Gracian, 5, 22002 Huesca, Phone: 974-210014 / **Elect. Sanchez Gracia**, S.L., Muñoz Degraín 15, 44001 Teruel, Phone: 974-602706 / **Elecha**, C.B., Mosén Romualdo Soler, 4, 44600 Alcaniz, Phone: 974-832677, Fax: 974-832677 / **Antonio Cinca Monterde**, Via Universitat 52, 50010 Zaragoza, Phone: 976-316965

ASTURIAS

Casilda Alvarez Olivar, San José, 12, 33003 Oviedo, Phone: 985-223739 / **Setel C.B.**, Ceon Bermudez 9, 33208 Gijón, Phone: 985-391911

BALEARES

Maes, S.L., San Nadal, 63 B, 07008 Palma de Mallorca, Phone: 971-274947, Fax: 971-249458 / **Audio Imagen**, Vicente Serra 21, 07800 Ibiza, Phone: 971-314659 / **Reparaciones Ortega**, Via Púnica, 33 bajos, 07800 Ibiza, Phone: 971-890155 / **Insat**, Pintor Calbó, 07703 Mahón, Phone: 971-365318

CANTABRIA

Seyma, Juan José Pérez del Molino, s/n, 39001 Santander, Phone: 942-236919, Fax: 942-371954

Seyma, Juan José Pérez del Molino, s/n, 39001 Santander, Phone: 942-236919, Fax: 942-371954

CASTILLA LA MANCHA

Juman Serv. Técnicos, C.B., Doctor Fleming, 3, 02004 Albacete, Phone: 967-224078, Fax: 967-501831 / **Electronica Lara**, Lara 11, 13002 Ciudad Real, Phone: 926-211787 / **Electronica Arellano**, Corredera, 8, 13600 Alcazar de San Juan, Phone: 926-541839, Fax: 926-541839 / **Rafael Diaz**, Manuel Fernández Puebla, 7, 13300 Valdepenas, Phone: 926-322324 / **Electronica Garcia**, Ramón y Cajal, 17, 16004 Cuenca, Phone: 966-211871, / **Martinez Viejo C.B.**, Capitán Boixareu Rivera 51, 16004 Guadalajara, Phone: 911-232763, Fax: 911-232763 / **Electronica Rivas**, Barrio San Juan, 1, 19001 Talavera de la Reina, Phone: 925-805546 / **Electronica Fe-Car**, S.L., Avda Santa parbara, 30, 45600 Toledo, Phone: 925-212145, Fax: 925-216827

CASTILLA Y LEON

Electronica Gredos, Eduardo Marquina, 24, 05001 Avila, Phone: 920-224839 / **Servitec**, Lavaderos 7-9, 09007 Burgos, Phone: 947-224168, Fax: 947-216232 / **J.M. Hernandez Rodriguez**, Plaza de los 12 Martires, 5, 29004 Leon, Phone: 987-203410 / **Electronica Javier**, Ramirez, 5, 34005 Palencia, Phone: 988-750374, Fax: 988-750433 / **Almat Electronica**, Galileo, 21, 37004 Salamanca, Phone: 923-224508 / **Taller Electronico Guijo**, Ramón y Cajal, 1, 40002 Segovia, Phone: 911-429418 / **Teco**, Zapateria, 25, 42002 Soria, Phone: 975-226125 / **Teleservicios**, Esqueva 6, 47003 Valladolid, Phone: 983-309261 / **Velasco RTV**, C.B., Cuba, 35, 49005 Zamora, Phone: 988-521170

CATALUNYA

Electro Adra, Balmes, 160, 08008 Barcelona, Phone: 93-2172542 / **4 En 1 Reparaciones**, Taquigrafo Martí, 19, 08028 Barcelona, Phone: 93-4309726 / **B. Avda**, Morera, 5-7, 08915 Badalona, Phone: 93-4652200, Fax: 93-4643336 / **Servinters**, Plaza Casagemes 20, 08911 Badalona, Phone: 93-3894460, Fax: 93-3841765 / **Mateos Electronica**, Ctra. de Caldas 76, 08400 Granollers, Phone: 93-8492877, Fax: 93-8463035 / **Estarlich**, Sant Antoni, 186, 08370 Calella, Phone: 93-7662233 / **Eldo**, Bruc, 55, 08240 Manresa, Phone: 93-8728542 / **Radio TV Vilaret**, Moli del Vent, 21, 08303 Mataro, Phone: 93-7980248 / **Ce.Va.Sat**, Pa Rubio i Ors, 105, 08203 Sabadell, Phone: 93-7107613 / **Ce.Va.Sat**, S.C., Ctr. Maladepera, 87, 08225 Terrassa, Phone: 93-7855111 / **Laurea Sat**, Guillerries, 20, 08500 Vic, Phone: 93-8890248 / **Tecnotele**, Misser Rufet, 2, 08720 Vilafranca del Penedes, Phone: 93-8903591, Fax: 93-8172184 / **Rafael Garcia**, Pera Comte 11, 17005 Girona, Phone: 972-235861 / **Juan Salleras Puig**, Pou Artesia, 4, 17600 Figueras, Phone: 972-506754 / **Riera Daviu**, Torres i Bages 19, 17600 Figueras, Phone: 972-503264 / **Satel**, Passeig de Barcelona, 12, 17800 Olot, Phone: 972-265519 / **Cristel**, Valcalent 32, 25006 Lleida, Phone: 973-270826 / **Ielsa**, Tarragona, 40, 25005 Lleida, Phone: 973-247127 / **Juan Sanchez Rojas**, Avda. Catalunya 41, 25300 Tarrega, Phone: 973-311573 / **Sertecs**, S.C., Caputxins, 22 bxs., 43001 Tarragona, Phone: 977-221851 / **Electronica Coca**, Lepanto 16-18, 43202 Reus, Phone: 977-322489 / **Fco. Martorell Altes**, Reseta Mauri, 10 bxs., 43205 Reus, Phone: 977-753241 / **Electronica Boix**, Calderón de la Barca 3, 43520 Roquetes, Phone: 977-512120 / **Electro Servei**, C.B., Passeig Moreira, 8, 43500 Tortosa, Phone: 977-445355

EXTREMADURA

Electronica Bote, Plaza Portugal, 2, 06001 Badajoz, Phone: 924-221740 / **Antonio Munoz Vazquez**, Canovas del Castillo, 16, 06800 Merida, Phone: 924-300785 / **Jose Ruiz Garcia**, Ecuador, 5B, 10005 Cáceres, Phone: 927-224886 / **Fco. Gonzalez Centeno**, Avda. del Zafra 1, 06310 Puebla de Sancho Perez, Phone: 924-552703, Fax: 924-553308 / **Arsenio Sanchez**, Tamavacas 9, 10600 Plasencia, Phone: 927-411121

GALICIA

Servicios Tecnicos Mendez, Gil Vicente, 13 B, 15011 La Coruna, Phone: 981-275252 / **Talleres Instaluz**, Juan Florez 110, 15005 La Coruna, Phone: 981-268026 / **Electronica Penelo**, Sierra Ganidoira 63 bjos, 27004 Lugo, Phone: 982-214743 / **Televevo**, Canabal, s/n, 27880 Burela, Phone: 982-581857 / **Electronica Fouces**, Benito Vicetto 34, 27400 Mofoite de Lemos, Phone: 982-402438 / **Sevys**, General Aranda, 35, 32001 Orense, Phone: 988-212272 / **Imason**, Loureiro Crespo 43, 36004 Pontevedra, Phone: 986-841636 / **Central de Servicios**, Asturias, 10, 36206 Vigo, Phone: 986-374745 / **Alvimo**, conde Tarcedeira 92, 36202 Vigo, Phone: 986-299331, Fax: 986-294743

LA RIOJA

Roberto Aguado Gil, Avda. Viana, 10, 26001 Logrono, Phone: 941-252553 / **Top Service**, Achutegui de Blas 17 bjos, 26500 Calahorra, Phone: 941-135035

COMUNIDAD DE MADRID

Elbeservi, S.A., Pza. Puerto de la Cruz, 8 post., 28029 Madrid, Phone: 91-3861601, Fax: 91-7302711 / **Electronica Ansar**, Tomasa Ruiz 4, 28019 Madrid, Phone: 91-4604745, Fax: 91-4604825 / **Garman**, C.B., Mandarina, 15, 28027 Madrid, Phone: 91-3680179, Fax: 91-3680180 / **Serlecun**, Bedel 6, 28801 Alcala de Henares, Phone: 91-8890032, Fax: 91-8892640 / **Variosat**, Isla de Córcega, 24, 28100 Alcobendas, Phone: 91-6620468 / **Gomescan**, Plza. del Jubilado 8, 28042 Barajas, Phone: 91-3054890, Fax: 91-3058490 / **Tec-Norte**, S.C., Santiago Apóstol, 12, 28400 Villalba, Phone: 91-8516347

MURCIA

Electroservicios Seba, C.B., Ronda Norte, 3 bajos, 30009 Murcia, Phone: 968-298593 / **Electro Servic**, Plaza, Gómez Cortina, s/n, 30005 Murcia, Phone: 968-284567 / **Reg. C.B.**, Antonio Oliver, 17, 30290 Cartagena, Phone: 968-510006 / **Raimundo Caro Porlan**, José Mauliña 45, 30800 Lorca, Phone: 968-461811

NAVARRA

Telsan, C.B., Gayarre, 16, 31005 Pamplona, Phone: 948-241950 / **Unitec**, Fte. Canonigos 5, 31500 Tudela, Phone: 948-827434

PAIS VASCO

Servitele, Autonomia, 24 galerías, 48012 Bilbao, Phone: 94-4448902 / **Daniel Negredo**, Padre Pernet 8, 48004 Bilbao, Phone: 94-4112282 / **Onofre Collantes**, Ortuño Alango, 7, 48920 Portugalete, Phone: 94-4832122 / **Estudios 3**, Pza. de los Estudios 3, 20011 San Sebastian, Phone: 943-453797 / **Reparaciones Urrutis**, L. Paseo Aintzieta, 32, 20014 San Sebastian, Phone: 943-458410 / **Teknibat Electronica**, Zezenbide 4, 20600 Eibar, Phone: 943-702437 / **Jose Ant Merino Nicolas**, Avda. Judizmendi, 24, 01003 Vitoria, Phone: 945-231892

VALENCIA

Angel Avellan Sempere, Poeta Guiniana, 13, 03004 Alicante, Phone: 96-5213255 / **Electronica Eler**, Pinosa 8, 03012 Alicante, Phone: 96-5256332
Tele Color, Del Vent, 9, 03500 Benidorm, Phone: 96-5852460 / **Electronica Gomez**, Bellasir Tristany 100, 03201 Elche, Phone: 96-5467581
Asiste, S.L., Pintor Lopez, 43 bajos, 12004 Castellon, Phone: 964-215769 / **Francisco Carceller**, Carrero 29, 12116 Vinaros, Phone: 964-454465
Servic. Electronicos, Doctor Olóriz 3, 46009 Valencia, Phone: 96-3402034 / **Antonio Monleon**, Avda. de la Plata, 91, 46006 Valencia, Phone: 96-3345587 / **Envisa Electronic**, Júcar 50, 46600 Alzira, Phone: 96-2412487 / **Telereparaciones Moncho**, Pare Pasqual Catalá, 5, 46700 Gandia, Phone: 96-2872329 / **Tecno Hogar**, Dos de Mayo 41, 46700 Gandia, Phone: 96-2865335

FINNLAND

JOS TEILLÄ ON JOTAIN HUOMAUTETTAVAA MIKROALTOUUNISTANNE OIKAA HYVÄ JA OTTAKAA YHTEYS MYYJÄÄN TAI VALTUUTETTUUN SHARP HUOLTOON:

Tehovideo Oy, Kuortaneenkatu 7, 00520 Helsinki, Phone: 09-1461500, Fax: 09-1461767 / **Tehovideo Oy**, Lukkosepänkatu 6, 20320 Turku, Phone: 02-2546822, Fax: 02-2546856

SWEDEN

Vid förfrågningar angående din mikrovagsugn var vänlig kontakta din återförsäljare eller någon av Sharps representanter.

Centralservice Umeå, Sandbackavägen 3, 903 46 Umeå, Phone: 090-125001, Fax: 090-131135 / **Servicegruppen AB**, Koppbergsgatan 2, 200 43 Mölndal, Phone: 040-967300, Fax: 040-923400 / **MN Elektronikservice AB**, Flygplatsintarten 10A, 161 11 Bromma, Phone: 08-627 5900, Fax: 08-6275160 / **Jönköpings Antenn & TV Service**, Fridhemsvägen 20, 553 02 Jönköping, Phone: 036-161690, Fax: 036-160211 / **Ratronik Radio & TV Service**, Nordlandergatan 15, 931 32 Skellefteå, Phone: 0910-17305, Fax: 0910-16844 / **Servicegruppen**, Ekslingan 10, 25467 Helsingborg, Phone: 042-202960, Fax: 042-202797 / **Tomi Elektronik AB**, Bäckvägen 90, 126 47 Hagersten, Phone: 08-186170, Fax: 08-186175 / **Tretronik**, Östermovägen 33, 854 62 Sundsvall, Phone: 060-155925, Fax: 060-173690 / **TV-Trim Service AB**, S:T Pauligatan 37, 416 60 Göteborg, Phone: 031-847200, Fax: 031-847500

ICELAND

El þú hefur einhverjar kvartanir varðandi örbylgjuofninn þinn, þá vinsamlegast hafðu samband við söluadila örbylgjuofnsins, eða einhvern af eftirtöldum Sharp þjónustuaðilum.

Skrifbaer H.F., Hverfisgötu 103, 101 Reykjavík, Phone: 1-624215, Fax: 1-627252

DENMARK

Ved reklamationer vedrørende Deres mikrobølgeovn, bedes De venligst kontakte Deres forhandler eller en de nedennævnte SHARP Service-Centre.

Scandia Service A/S, Arnold-Nielsens Blvd. 142, 2650 Hvidovre, Phone: 36-771221, Fax: 31-490522

UNITED KINGDOM

In case of any complaint regarding your microwave-oven, please contact your dealer or the following SHARP Service branch.

Customer Help Desk, Phone: 0345-125387

PORTUGAL

Abel Trindade Barreto, Estrada S.Joao da Carneira, 3500 Viseu / **Cenatel Ltd.**, R.Manuel Pinto Azevedo 727, 4100 Porto / **Cenatel Ltd.**, Parada do Alto de S.Joao 17A, 1900 Lisboa / **Correia & Teixeira Ltd.**, Bairro da Coxa, Rua N, Lt. 15R/C DT, 5300 Braganca / **Electricidade Geral**, Av. Rocha Paris 152, 4900 Viana Castelo / **Electro Bal**, R. Antonio Jose Batista 39-C, 2900 Setubal / **Electro Benardino**, R. Batalha Reis 71, 6300 Guarda / **Electro Marto Ltd.**, R. Paulo VI, 35-A, 2400 Leiria / **Morgado & Pereira Ltd.**, Qt. Ramalhao-Arm 3, V.N. de Cima, 5000 Vila Real / **Polihertz Ltd.**, Largo Sr. da Piedade, 2, 6000 Castelo Branco / **Pombalgaz**, R. Albergaria dos Doze, 15, 3100 Pombal / **Raditecnics**, Quinta da Horta, Lt. 7 Lj.F, 8500 Portimao / **Tecnicaldas**, R. Vicente Paramos, 27-B, 2500 Caldas da Rainha / **Tecnovideo**, R. Combatentes G. Guerra, 72-B, 3000 Coimbra



SHARP

SHARP ELECTRONICS (EUROPE) GMBH.
Sonninstrasse 3 20097 Hamburg Germany

TINS - A049URRO